માત્ર ભારત, બાંગ્લાદેશ, ભૂતાન, પાકીસ્તાન, નેપાળ, શ્રીલંકા અને માલદીવ્સમાં વેંચાણપાત્ર



કામયાબી તમારા હાથમાં

જીતની માનસિકતાનાં રહસ્યોમાં નિપુણ બનો

The Success Factor

NOW IN GUJARATI

જહોન લીચ

JAICO

VISIT…

LANZAROTE

Caliente.com

માત્ર ભારત, બાંગ્લાદેશ, ભૂતાન, પાકીસ્તાન, નેપાળ, શ્રીલંકા અને માલદીવ્સમાં વેંચાણપાત્ર



જીતની માનસિકતાનાં રહસ્યોમાં નિપુણ બનો

The Success Factor



જહોન લીચ

JAICO

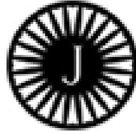
કામયાબી
તમારા
હાથમાં

જીતની માનસિકતાનાં રહસ્યોમાં નિપુણ બનો

The Success Factor



જહોન લીચ



જયકો પબ્લીશીંગ હાઊસ

અમદાવાદ બેંગ્લોર ભોપાલ ભુબનેસ્વર ચેન્નાઇ

દિલ્હી હૈદરાબાદ કોલકત્તા લખનૌ મુંબઇ

પ્રકાશક
જયકો પબ્લિશિંગ હાઉસ
એ-2, જશ ચેંબર્સ, 7-એ સર ફિરોઝશાહ મહેતા રોડ
ફોર્ટ, મુંબઇ - 400 001
jaicopub@jaicobooks.com
www.jaicobooks.com

Original English language edition published by
Crimson Publishing
Mortlake Business Centre
20 Mortlake High Street, London SW14 8JN

વેંચાણ માત્ર ભારત, બાંગ્લાદેશ, ભુતાન,
પાકીસ્તાન, નેપાળ, શ્રીલંકા તથા માલદીવ્સમાં

THE SUCCESS FACTOR
કામયાબી તમારા હાથમાં
ISBN 978-81-8495-537-8

અનુવાદ : સ્વાતિ વસાવડા

પ્રથમ જયકો સંસ્કરણ: 2014

આમુખ

સફળતાનો આપણા માટે શો અર્થ છે તે આપણે બધા જ વધતે ઓછે અંશે જાણીએ છીએ. સફળતા આકર્ષક લાગે છે. સફળ લોકોને તેમના સમાજ વડે માન આપવામાં આવે છે. સફળ લોકો પરિપૂર્ણ હોય તેવું દેખાય છે. સફળ લોકો કોઈક રીતે બીજા બધા કરતાં વધુ સારા દેખાય છે. આપણે સફળ થવા ઈચ્છીએ છીએ.

આપણા દરેક માટે સફળતાના અર્થ અલગ-અલગ છે અને સફળતા વાસ્તવમાં કેવી લાગે છે તે આપણે પોતાને માટે વ્યાખ્યાયિત કરવું તે સફળ થવા માટે અતિ મહત્વનું છે. અહીં આપણે પ્રમાણિક અને વાસ્તવવાદી બનવું જરૂરી છે, અન્યથા આપણે આપણી જાતને નિષ્ફળ બનાવવાનું જોખમ લઈ બેસીએ છીએ.

ઉદાહરણ તરીકે, હું ક્યારેય એક વ્યાવસાયિક ફૂટબોલ ખેલાડી બની શકું તેટલો ફૂટબોલમાં સારો નથી, તો પછી હું ભલે હું ગમે તેટલો પ્રયત્ન કરું મારી પોતાની સફળતાને એક સારા ફૂટબોલ ખેલાડી બનવા તરીકે જોવાનું કોઈ કારણ નથી. સફળતા એટલે માત્ર પૈસો પણ નથી. જ્યારે એ સાચું છે કે ઘણા સફળ માણસો સમૃદ્ધ બને છે, ત્યારે ઘણા એવા સમૃદ્ધ લોકો પણ છે જેઓ સફળતાથી જોજનો દૂર છે. તેવી જ રીતે ભલે સફળતા અને ખૂશી એ બન્ને ગુણો બહુ નજીકથી જોડાયેલા છે તો પણ તે બન્ને એક નથી.

તમારે માટે સફળતાનો અર્થ શું છે તે વિશે તમારે લંબાણપૂર્વક અને ખૂબ જ વિચારવું જરૂરી છે, અને આ પુસ્તક એ પ્રક્રિયામાં તમને મદદરૂપ બને તે રીતે તૈયાર કરાયું છે.

જ્યારે આપણે આપણું મનપસંદ કાર્ય કરતાં હોઈએ છીએ ત્યારે આપણે ખૂશ હોઈએ છીએ. પરંતુ બરાબર તેનાથી વિપરીત કરવામાં આપણો સમય પસાર કરીએ છીએ. સંશોધન દર્શાવે છે કે લગભગ એક તૃતીયાંશ લોકો જે કરવામાં તેમનો મોટાભાગનો સમય ખર્ચે છે તે કાર્યમાં તેઓ પરિપૂર્ણ ન થયા હોવાનું અનુભવે છે. આથી એ આશ્ચર્યજનક નથી કે ૮૦% લોકો કહે છે કે તેઓ જીવન પાસેથી હજી વધારે ઈચ્છે છે.

પરંતુ જો તમે તમારો મોટાભાગનો સમય એવા કશાક પાછળ વિતાવતા હોવ કે જેનો તમને જુસ્સો છે અને જેને તમે સફળ બનાવવા માંગો છો, તો શું ? જૂની કહેણી કહે છે કે તમારે તમારાં કાર્ય અને આનંદની ભેળસેળ ન કરવી જોઈએ, તો પણ તમારે શા માટે

તમે જે કાર્ય કરો છો તેને માણ્યા વગર તમારું જીવન મેળવવા માટે ઓછામાં ઓછો એક પ્રયત્ન ન કરવો જોઈએ ?

જો આ બધું તમને જે ગમે છે તેને માટે "દ્રાક્ષ ખાટી છે" જેવું લાગતું હોય તો દલીલની વધુ વ્યવહારુ બાજુ ને ગણનામાં લો, તો કદાચ તમારા જુસ્સાને સફળતાપૂર્વક આગળ ધપાવવાને વિચાર પહેલાં દેખાતો હતો તેવો ઘેલછાભર્યો ન પણ લાગે. જો તમે કોઈક બાબતમાં ખૂબ જ જુસ્સાપૂર્ણ છો, તો તમે તેના વિશે ઘણું જાણતા હો તેવી શક્યતા છે, કદાચ તમે તેમાં ઘણા કુશળ છો અને બીજા કાંઈ પણ કરતાં તે બાબત વિશે વધુ પરિશ્રમ કરો તેવી શક્યતા છે અને આ બધું સફળતા માટેનો સાવ ખરાબ પાયો નથી.

અલબત્ત, આ તો માત્ર શરૂઆત છે, અને તમારે તમારા જુસ્સાને અનુસરવા માટે અને તેને સફળતામાં બદલવા માટે ઘણું વધારે કરવાની જરૂર છે. કારણ કે ઉદ્યોગ સાહસિકોમાંથી ૮૦% એવા જોવામાં આવ્યા છે જેમણે શરૂઆત કરી હોય અને પછી નિષ્ફળ ગયા હોય. જોકે, યોગ્ય સાધનોથી સજ્જ થયેલા ઉદ્યોગ સાહસિકો પોતાને જેઓ લાંબા અંતરાલથી અંદર છે તેવા ૨૦%માં લાવી શકે તેવી મહાન તક પૂરી પાડે છે.

મેં અગાઉ કહ્યું છે તેમ આપણે બધા જ સફળ થવા ઈચ્છીએ છીએ; અને છતાં મોટાભાગનાં લોકો સફળ નથી. શા માટે ? એ શું છે જે કેટલાક લોકોને સફળ બનાવે છે અને બીજાને નહીં ? આ પ્રશ્ન દુનિયાના સર્વકાલીન, સૂચક પ્રશ્નોમાંનો એક છે, જેને આખી દુનિયાની એક પછી એક સરકારો સંબોધવા પ્રયત્ન કરે છે.

હું માનું છું કે જો થવા ઈચ્છીએ તો આપણે બધા સફળ થઈ શકીએ છીએ. મેં જીવનના જુદા જુદા માર્ગોની બહોળી વિવિધતામાં સેંકડો સફળ લોકોનું તેમને કઈ વસ્તુ સફળ બનાવે છે તે શોધવા માટે વિશ્લેષણ કર્યું છે અને ભલે એક સફળ ફૂટબોલ ખેલાડીને એક સફળ અભિનેતા, વ્યાપાર અધિકારી અથવા પત્રકાર કરતાં દેખીતી રીતે એકદમ જુદા ગુણોની જરૂર પડે છે, છતાં નોંધપાત્ર બાબત એ છે કે સફળ થવા માટે તેમને બધાને અમુક ચોક્કસ ગુણોની જરૂર હોય છે, જે ભેગા મળીને તેમને બીજા બધા કરતાં જુદા બનાવે છે.

હું આવા ગુણોને **સફળતાનાં સૂત્રો** કહું છું. આ પુસ્તકમાં મેં એવા દસ સોપાનો મૂક્યાં છે જેમને તમે તમારી જાતને સફળતાનાં સૂત્રો આપવા માટે ગણી શકો. જો તમે આ પગલાંઓને અનુસરશો તો તમે સફળ થશો. પરંતુ મને ખોટી રીતે ન લેશો. આ સરળ માર્ગ કે જીવનની સમસ્યાઓનો ઝડપી ઉપાય નથી. જીવનમાં સફળ થવા માટે કોઈ ટૂંકો રસ્તો

નથી હોતો. એટલા માટે જ સફળતા આટલી બધી બદલો આપનારી લાગે છે - જ્યારે તમે ત્યાં પહોંચો, ત્યારે તમને ખ્યાલ આવે છે કે તમે તે “મેળવી છે.”

જે લોકો સફળ નથી તેઓ આમાંના એક અથવા વધુ પગલાંને અનુસરતા નથી હોતા.

સફળતા જન્મ નથી લેતી, બનાવાય છે. મને આ વિશે સંપૂર્ણપણે ખાતરી થઈ ગઈ છે. આપણે કોણ છીએ, આપણી પૃષ્ઠભૂ કેવી છે અને આપણે કેવી જન્મજાત પ્રતિભા અથવા આવડત સાથે જન્મ્યા છીએ તેનાથી કોઈ ફરક નથી પડતો સફળતા બનાવાય છે, જન્મતી નથી. મેં અસંખ્ય ઉચ્ચ પ્રતિભાશાળીઓને નિષ્ફળ થતા અને ઘણા સામાન્ય લોકોને સફળ થતા જોયા છે. સફળતા એ તમારા લક્ષ્યને સિધ્ધ કરવું તે છે. અને સફળતા સાપેક્ષ છે - હું જે વસ્તુને સફળ ગણતો હોઉં તેને તમે સફળતા ન પણ માનતા હો . આનાથી ઉલટું પણ સાચું જ છે.

આ વિશે સૌથી મોટી વાત એ છે કે તમે ગમે તે હોવ, તમે સફળ થઈ શકો છો. અને હું માનું છું કે હકીકતમાં સફળતા એ એક પસંદગી છે. જો તમે ઈચ્છો તો તમે સફળતા પસંદ કરી શકો છો. એ તમારા પર છે.

વાસ્તવમાં સફળતાનો બધો આધાર તમારી માનસકિતા પર છે. કારણ કે તે જ તમારી ક્રિયાઓ તથા તમારા બીજાની સાથેના વ્યવહાર પર નિયંત્રણ કરશે. સફળતાનાં સૂત્રો તમને આ વિજયી માનસકિતા વિકસાવવામાં મદદ કરશે અને તમે તમારા અંતિમ ગંતવ્ય પર પહોંચો તેની ખાતરી કરવા માટે લાગુ કરવા તે સમજાવશે. યોગ્ય માનસિકતા વગર તમારી યાત્રા એક સતત સંઘર્ષ હશે, અને નિ:શંકપણે જે આવવાના જ છે તેવા કોઈપણ અવરોધો, નિકાલ કરવા માટે ઘણા વધુ મુશ્કેલ લાગશે. સફળતા તરફના કઠીન માર્ગ માટે તમને પોતાને માનસિક રીતે તૈયાર કરશો તો તે તમને તમારા માર્ગમાની કોઈપણ અડચણને જીતવામાં મદદ કરશે.

તમે આ પુસ્તક વાંચો છો તે હકીકત દર્શાવે છે કે તમે સફળ થવા માંગો છો. હું તમને સારા નસીબની શુભેચ્છા નહીં આપું, કારણ કે મેં જાણ્યું છે કે લોકો જેટલો વધુ પરિશ્રમ કરે તેટલા તેઓ વધુ નસીબદાર બને છે, તે ખરેખર તમારા પર છે.

– જહોન લીચ.

અનુક્રમ

પહેલું કદમ	તમારું સ્વપ્ન નિરૂપો
બીજુંકદમ	તૈયારી કરો
ત્રીજુંકદમ	નિયંત્રણ કરી લો
ચોથુંકદમ	પ્રારંભ કરો
પાંચમુંકદમ	તમારું જુથ બનાવો
છઠ્ઠુંકદમ	આગેવાની લેતાં શીખો
સાતમુંકદમ	આદર મેળવો
આઠમુંકદમ	લોકો સાથે વચનબધ્ધ થવું
નવમુંકદમ	અલગ બનો
દસમુંકદમ	વધારાનું કામ કરવું

પહેલું કદમ
તમારું સ્વપ્ન નિરૂપો 1

તમારી જાતને સફળતાની ઉત્તમ તક આપવા માટે તમારે તમારાં ભાવિને શક્ય તેટલા મજબૂત પાયા પર ચણવું જરૂરી છે. પરંતુ આ વાત લોકો, ધન અથવા સત્તા વિશે નથી (ભલે, જો તેમનો ડહાપણપૂર્વક ઉપયોગ કરાય તો આ ત્રણેય તમને તમારી પરિપૂર્ણતા તરફની યાત્રામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે), આ તમારા વિશે છે.

એ તમારું ધ્યેય અને તમારું ભાગ્ય છે જેના પર તમે નિયંત્રણ કરો છો, માટે તમને બધા કરતાં એવા એક સ્વપ્નની વધારે જરૂર છે જે તમે જે કાંઈપણ કરો તેમાં દીપસ્તંભની જેમ ઝળહળે અને જે તમને તમારા સ્વપ્નને સમજવા તરફ આગળ વધારે એ તમારું અંતિમ ધ્યેય હોવું જોઈએ; કશુંક એવું જે કરવાનું તમે હંમેશાં ઈચ્છ્યું હોય અને કોઈક એવી જગ્યા જ્યાં હોવાનું તમે ઝંખ્યું હોય. માત્ર તેનો વિચાર પણ તમને જ્યારે આગળ વધવાનું મુશ્કેલ લાગે ત્યારે સૌથી મોટા પડકારોમાંથી બહાર આવવામાં તથા વિપરિત સામે નોંધપાત્ર સફળતા મેળવવા માટે આગળ ધકેલે અને જ્યારે તમે તમારા નિશ્ચિત સ્થાને પહોંચશો ત્યારે તે એવું કશુંક હશે જે તમે તે કરવા માટે જે સમય તથા પ્રયત્ન કર્યા હશે તેને માટે યોગ્ય હશે.

માટે, તમે તમારા સફળતા તરફના માર્ગ પર નીકળી પડો તે પહેલાં તમારે તમે ક્યાં જઈ રહ્યા છો તે જાણવું અને ત્યાં કેવી રીતે પહોંચવું તે માટેનું આયોજન કરવું જરૂરી છે. આ પ્રકરણમાં તમને તમારા સફળતાના સ્વપ્નને કેવી રીતે નિરૂપવું તે જાણશો અને તેને વાસ્તવિકતામાં બદલવા માટેની તમારી યાત્રાનું આયોજન કેવી રીતે કરવું તે જોશો જેથી તમે ખરા હેતુ, દિશા અને તેમાં જરૂરી એવો જે આત્મવિશ્વાસ તમારામાં છે તેની સાથે સાહસ ખેડી શકો.

1.1

જુસ્સાનો સિધ્ધાંત

વ્યાપાર, રમત-ગમત અને તેનાથી પણ આગળના વર્ણપટમાં શ્રેષ્ઠ દેખાવ કરનારાઓ તથા મોટી સિધ્ધિ પ્રાપ્ત કરનારા તમારા બધા જ હીરો વિશે વિચારો. તે બધામાં સર્વ સામાન્ય હોય તેવું શું છે ? જવાબ છે - તેઓ જે કરે છે તેને માટે એકલક્ષી જુસ્સો. તે જ અંતિમ સફળતા ઘટક છે.

તમારા જુસ્સા સુધી પહોંચવું તેની તમારા લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવા પર, પરિપૂર્ણ થવા પર અને સુખી જીવન જીવવા પર ગહન અસર પડશે. તે તમારા પરિવારના સભ્યો તથા સહકર્મીઓ સાથેના સંબંધો વધુ સમૃદ્ધ બનાવી શકે તથા વ્યાપાર ધંધામાં તે તમારાં જુથને અસામાન્ય પરિણામો આપવા માટે પ્રેરિત કરીને વ્યસ્ત રાખી શકે છે. આવું એટલા માટે છે કે જો તમે તમારા ખરા જુસ્સા સાથે તાલમેલ બેસાડી દો તો તમે એક ચાલક બળ તથા ઉર્જા-કદાચ આનંદ પણ - મળ્યાનું અનુભવશો, જેનો તમે અગાઉ સામનો કર્યો ન હોય.

તમારા જુસ્સાને અનુસરવું સરળ નહીં હોય. વ્યક્તિગત અને વ્યાવસાયિક બન્ને પ્રકારની સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે ખરી ધ્યાન કેન્દ્રિતતા તથા કઠોર પરિશ્રમ જોશે. પરંતુ તમને અંતિમ પ્રેરણા - તમે જેને ચાહો છો, માણો છો તથા જેમાં માનો છો તેવા કશાક વડે આગળ ધપાવીને આજીજી કરાશે.

યોગ્ય રીતે પ્રસારવાથી તમારો જુસ્સો તમારી આસપાસ રહેલાઓને પ્રેરશે. તે બીજા માટે ચુંબક જેવું કાર્ય કરશે. તમારે ઉત્સાહ અને પ્રેરણા લોકોની કલ્પના, હૃદય અને મનને પકડી લેશે જેઓ તમને તમારા અંગત જીવનમાં અતિઆવશ્યક ટેકો પૂરો પાડશે અને તમારા વ્યવસાયિક સ્વપ્નને સમજવામાં તમને મદદ કરવા માટે તમારી સાથે કાર્ય કરશે.

જ્યારે તમે એક નવી યોજના, કારકિર્દીમાં બદલાવ અથવા કદાચ તમારો પોતાનો વ્યવસ્યાય શરૂ કરવાની ઈચ્છાનો પ્રારંભ કરો, ત્યારે જો તમે તમારા જુસ્સાનો ઉપયોગ કરી શકો અને તમારી જાતને એવા લોકો વડે ઘેરી શકો જે તેમાં ભાગ લે, તો તમે મામુલી થવાને બદલે સફળ થવા માટે નિર્મિત થયેલા છો.

પરંતુ જુસ્સાને નિશ્ચિત તરીકે માની ન લેશો. જીવનની બીજી બધી વસ્તુઓની જેમ, તે પણ ખોવાઈ જઈ શકે છે. તમારો જુસ્સો ક્યારે ધુંધળો થઈ રહ્યો છે અને સમસ્યા ઉભી કરી રહ્યો છે તે જાણવું તે અને કાંતો તેને ફરી શોધવા માટે કામ કરવું અથવા બીજી જગ્યાએ તેને શોધવો તે બીજો સફળતાનો ઘટક છે. જોકે, સફળતા તરફનું તમારું પ્રથમ અને અત્યંત મહત્ત્વશીલ પ્રારંભિક પગલું તમારા જુસ્સા સાથે સંવાદિ થવું તે છે.

"આ દુનિયામાં **જુસ્સા** વગર કોઈ જ **મહાન** કાર્ય **સિધ્ધ થયું નથી.** "

જ્યોર્જ **વિલ્હેમ ફ્રેડરીચ હેગલ**

જુસ્સાની કસોટી

જો તમે નીચેની ચાર બાબતોનો “હા” માં જવાબ આપી શકો તમે જાણશો કે તમે તમારા જુસ્સાને અનુસરી રહ્યા છો :

મજા તમે જે કરો છો તે તમે ખરેખર માણો છો; તે ગુંજન પુરું પાડે છે અને સતત પ્રેરનાર હોય છે.

કીર્તિ અહીં આપણે આંતરરાષ્ટ્રીય સેલેબ્રીટી મોભાની વાત નથી કરતાં, પરંતુ તમે જે કરો છો તેને માટે તમને ઓળખવામાં આવે છે અને તમે જે ફાળો આપો છો તેની બીજા કદર કરે છે.

પ્રારબ્ધ અલબત્ત, સમૃધ્ધિ સાપેક્ષ છે, પરંતુ આપણી બધાની જીવનશૈલીને અનુરૂપ જરૂરીયાતો છે. આ જરૂરીયાતો પૂરી થાય તે તમારું પોતાનું અંગત પ્રારબ્ધ છે.

ભવિષ્ય તમે જે કરી રહ્યા છો તેને માટે એક ટકાઉ દીર્ઘકાલીન ક્ષીતિજ છે.

“જો મારે મારા જીવનના એક **ચાલક** બળ ને નામ આપવાનું હોય, તો હું દરેક વખતે **જુસ્સાનું** નામ આપીશ.”

– અનિતા રોડીક

1.2

સફળતા શું છે ?

તમે ભલે કોઈક વસ્તુ વિશે ગમે તેટલા મોહાન્ધ હો, તમે માત્ર જુસ્સા દ્વારા સફળતા મેળવી નહીં શકો. તમારે એક એવી સ્પષ્ટ દિશાની જરૂર પડશે જે તમને સફળતા કેવી લાગે અને કેવી દેખાય તે તરફનું માર્ગદર્શન આપશે આને માટે સંભાળપૂર્વકના વિચારની જરૂર પડે છે.

તમારા જુસ્સાને સફળતાપૂર્વક અનુસરવા માટે, તમે તેને કેવી રીતે આગળ વધારવા માંગો છો અને તમારો અંતિમ મકસદ શું છે તે તમારે નક્કી કરવું જરૂરી છે. તે તમારા સફળતાના સ્વપ્નને વ્યાખ્યા આપવી અને તેનો તમારા લક્ષ્ય સિધ્ધ કરવા માટે નકશાની જેમ ઉપયોગ

કરવા જેવું છે. આ તમારા સંબંધો તેમજ કારકિર્દી અથવા વ્યાપારમાં લાગુ થવું જોઈએ કારણ કે સંબંધો કારકીર્દિ અથવા વ્યાપાર માટેનો મજબૂત પાયો બની શકે છે.

તમે શું પ્રાપ્ત કરવા માંગો છો તે ગાળી ચાળી લેવું તે તમારી ઉર્જાઓ તથા ક્રિયાઓને યોગ્ય દિશામાં કેન્દ્રિત કરવામાં મદદ કરે છે. તે તમારી અંગત તથા વ્યાવસાયિક પરિપૂર્ણતા તરફની યાત્રા તથા તમારો અંતિમ મકસદ અતિ આવશ્યક છે તે જાણવાનું પ્રારંભ બિંદુ છે.

એક વખત તમે તમારા સાચા જુસ્સાને જાણી લો અને તમારું સફળતા માટેનું સ્વપ્ન નક્કી કરી લો અને ત્યાં સુધી પહોંચવા માટે લેવાની દિશા સ્થાપી દો તો મોટેભાગે તમે જોશો કે જીવન પાસે તમે જે ઈચ્છો છો તે તમને આપવા માટેની આશ્ચર્યજનક રીતો છે. આવું છે કારણ કે તમે તમારા બધા જુસ્સા તથા ઉર્જાને એક જ લક્ષ્ય તરફ વાળી શકો છો અને આવી નિર્ણયાત્મકતા તથા સમર્પિતતા વડે,તમે તમારા પોતાના ભવિષ્યને ઘાટ આપવા - સંજોગો, પરિસ્થિતિઓ તથા ઘટનાઓ ને તમે જે પ્રાપ્ત કરવા માટે બહાર પડ્યા છો તો મેળવવા માટેની તમારી માંગણી મુજબ ઢાળવા માટેનાં સાધનોથી સજ્જ હશો.

તમારી ભવિષ્યની આકાંક્ષાનાં નિશ્ચિત સ્વપ્નને વિકસાવવા માટે વિચારોની સ્પષ્ટતાની જરૂર પડે છે. માટે તેને બરાબર વિચારવા માટે સમય કાઢો અને જે આપણા મગજ પર છવાયેલાં રહે છે તેવાં રોજ-બ-રોજના દેકારાથી આગળ જોવો. આ તમને તમે ક્યાં હોવા ઈચ્છો છો તેનું સ્પષ્ટ ચિત્ર આપશે. પછી, જો તમે અત્યારે ક્યાં છો તેના પ્રત્યાઘાત આગળના માર્ગની ધ્યાન કેન્દ્રિતતામાં કુદી પડવાનો હોવો જોઈએ.

તમારી ખરી મહત્ત્વાકાંક્ષાઓ તારવવી

એક સ્પષ્ટ દૃષ્ટિને નિશ્ચિત સ્વરૂપ ધારણ કરવામાં સમય લાગી શકે છે, તેમાં સ્વની શોધખોળ કરવા માટેના સમયનો સમાવેશ થાય છે અને તમારે નીચેની બાબતો ધ્યાનમાં લેવી જરૂરી છે :

- **કઈ** વસ્તુઓ તમારે માટે **મહત્વની** છે ? બધું જ વ્યક્તિગત ઈરાદાઓમાંથી બહાર આવે છે.
- તે **શા માટે** મહત્વની છે ?
- જો તમે તેને ન **મેળવો** તો તમને **કેવું** લાગશે ?

“તમે ક્યાં હોવા અથવા શું બનવા માંગો છો તેને માટેની તમારી દૃષ્ટિ એ તમારી સૌથી મહાન મિલકત છે.”

- પાઉલ આર્ડેન

તમારું સ્વપ્ન એ સફળતા તરફનો માર્ગ છે, કારણ કે તે :

- **નિર્દેશન** અને અર્થની ભાવના પેદા કરે છે.
- **સફળતા** માટે મહત્વનાં છે તેવા સંબંધોને સ્પષ્ટતાપૂર્વક સમજવામાં મદદ કરે છે.
- જ્યારે તમને લાગે તમે વધુ મેળવવાને પાત્ર છો ત્યારે **બદલાવ** માટેની **ગતિ** પૂરી પાડે છે.
- **તમારા જીવન** માં શું મહત્ત્વનું છે તેની ભાવના પેદા કરે છે.
- **લક્ષ ધરાવતી** પ્રવૃત્તિ માટેનો **પાયો** પૂરો પાડે છે.

“આપણી દૃષ્ટિ આપણે જે રીતે વિચારીએ છીએ તે અને તેથી જે રીતે કામ કરીએ છીએ તેના પર નિયંત્રણ રાખે છે. આપણા કામ માટે આપણાં જે સ્વપ્ન હોય છે તે આપણે શું કરીએ છીએ અને આપણે જેને જોઈએ છીએ અથવા નથી જોતા તે તકો નક્કી કરે છે.”

- ચાર્લ્સ જી. કોચ.

1.3

લક્ષ્ય નક્કી કરવાં

છેવટે તમે જીવનમાં ક્યાં હોવા ઈચ્છો છો તેની દૃષ્ટિ ધરાવવી તે તમારા જુસ્સાને સફળતાપૂર્વક અનુસરવાના માર્ગ પરનું મોટું પગલું તથા મહત્વની સિદ્ધિ છે. પરંતુ તમારું

છેવટનું સ્થાન એટલું બધું દૂર દેખાઈ શકે કે તે વાસ્તવિકતા કરતાં સ્વપ્ન વધુ લાગે. તેને વધુ વાસ્તવિક બનાવવા માટે તથા તમે જે મેળવવા ઈચ્છો છો તેને વધારે પડતું નિરુત્સાહ થતું અટકાવવા માટે તમારે તમારી યાત્રાને નાનાં નાનાં લક્ષ્યોમાં છૂટી પાડી દેવાની જરૂર છે. તે તમને તમારા ગંતવ્ય પર પહોંચવાનો નકશો પૂરો પાડે છે. તે ટૂંકા ગાળામાં તમને આગળ ધપાવતી ક્રિયા માટેનું પ્રેરકબળ બને છે.

તમારાં વચગાળાનાં લક્ષ્યો સફળતાપૂર્વક ગોઠવવાની ચાવી એ ખાતરી રાખવામાં છે કે તેઓ તમે જે મેળવવા માંગો છો તેના પર કેન્દ્રિત રહીને તમારાં સ્વપ્ન સાથે સંબધ્ધ હોય. નહીંતર, તમે તમારી ઉર્જા એવી પ્રવૃત્તિઓમાં જોતરવાનું જોખમ લો છો જે ટુંકા ગાળા માટે ઉપયોગી દેખાતી હોય પરંતુ તમે તમારી જેટલી વધુ ઉર્જા બીજી પ્રવૃત્તિઓમાં લગાડવાને બદલે તમારાં અંતિમ લક્ષ્ય પર પહોંચવામાં કેન્દ્રિત કરો, તેટલું ઝડપથી તમે તમારા સ્વપ્નને સમજશો.

આ વચગાળાના લક્ષ્યોને પાર પાડવાં તે એક સંતોષપ્રદ અનુભવ હશે - અને એવો અનુભવ જે પરિપૂર્ણતા તથા અર્થની ભાવના આપે છે. જોકે, તમે કેવા પ્રકારનાં લક્ષ્ય મૂકો છો તે નિર્ણાયક હશે. તમારે નૈતિક અધ:પતન થતું ટાળવા માટે માત્ર વાસ્તવિકતાવાળા તથા પ્રાપ્ત થઈ શકે તેવા લક્ષ્ય નક્કી કરવાની પારંપારિક દૃષ્ટિ અને તે જ સમયે, તેઓ લંબાવાય તેવા અને પડકાર આપે તેવા હોય તેની ખાતરી કરવા વચ્ચે ખેડાણ કરવું જરૂરી છે. તે બધા પછી પણ તમારું સ્વપ્ન સિધ્ધ કરવું તે સરળ નહીં હોય, માટે શક્ય તેટલી ઝડપે ત્યાં પહોંચવા માટે, તમારે દરેક તબક્કે તમારી જાતને સીમાની નજીક ધકેલવાની જરૂર છે.

"**લક્ષ્ય** ધરાવનાર લોકો સફળ થાય છે કારણ કે તેઓ **જાણે છે કે તેઓ ક્યાં જઈ રહ્યા છે.** આ એટલી સાદી વાત છે."

– અર્લ નાઈટીંગેલ

તમારાં લક્ષ્યને તમારાં સ્વપ્નની સાથે સંબધ્ધ રાખો.

વચગાળાનાં લક્ષ્યો ગોઠવવામાં, તમારે એ ખાતરી રાખવી જોઈએ કે તેઓ તમારાં સ્વપ્નને સમજવાની ચાવી હોય અને ટુંકા ગાળાની સફળતા વિશે ન હોય. માટે તમારે ધ્યાનમાં લેવું જરૂરી છે કે :

- **સુસંગતતા** - તમે જે સિધ્ધ કરવા માંગો છો તેની સાથે **લક્ષ્ય** કેટલું સુસંગત છે ?

- **ક્ષમતા** - તમારાં લક્ષ્ય **પડકારજનક** હોવાં જોઈએ, પરંતુ અશક્ય નહીં
- **સમયધોરણ** - સિધ્ધ કરવા માટે વાસ્તવવાદી સમયપત્રક ગોઠવો
- **ટેકો** - તમારું **ધ્યેય** સિધ્ધ કરવામાં કોણ મદદ કરશે અને પોતાની કઈ **કુનેહનો** ફાળો આપશે.
- **બદલો** - તમારાં લક્ષ્યને યોગ્ય રીતે પાર પાડયાની ઉજવણી તમને અને તમારાં જુથને તમારાં હવે પછીનાં કાર્ય તરફ આગળ લઈ જશે

આ બધામાં તમારાં લક્ષ્ય સિધ્ધ કરવા તરફ સમર્પિત હોવું તે સૌથી વધુ મહત્વનું છે - સમર્પિતતા અને ઈરાદો એ સફળતા માટેની શક્તિશાળી સામગ્રી છે.

1.4

પ્રયોજનની ભાવના

તમારાં સફળતા માટેનાં સ્વપ્નને પ્રયોજનની ભાવનાનો મજબૂત ટેકો મળવો જ જોઈએ. તમારાં નિશ્ચિત સ્થાન પર પહોંચવા માટે યોગ્ય લક્ષ્ય નક્કી કરવું તે સફળતા માટે પાયાના પથ્થર તરીકે કાર્ય કરે છે જેને તમારાં સ્વપ્ન માટેના જુસ્સાનું ઈંધણ મળ્યું હોય છે. પરંતુ એ તમારી પ્રયોજનની ભાવના છે જે તમને એક લક્ષથી બીજા લક્ષ તરફ લઈ જશે.

જો તમારું સ્વપ્ન સાચા અર્થમાં તમારા જુસ્સા અને તમે જીવનમાંથી જે મેળવવા માંગો છો તેને પ્રતિબિંબિત કરે છે, અને જો તમે તમને ત્યાં સુધી પહોંચાડનાર લક્ષ્યોની શ્રેણી હરોળબધ્ધ કરી છે, તો તમારામાં સફળ થવાની ઈચ્છા સાથેની પ્રયોજનની મજબૂત ભાવના ઠસાયેલી છે. જ્યારે તમારું સ્વપ્ન પ્રયોજનના પાયા વડે મજબૂત ટેકો અપાયેલ છે, તો તે તમે તમારા જીવનમાં અને તમારી કારકીર્દિમાં જે સિધ્ધિ કરવા માંગો છો તેને ખેંચાણ આપતું બળ પૂરું પાડે છે. જે પછીથી તમને તમારા લક્ષ્યની નજીક લઈ જતો ગતિમાન દેખાવ આપે છે.

ઈરાદો ધરાવનાર લોકો જે આત્મ-વિશ્વાસ પ્રદર્શિત કરે છે તે એક એવી ઉર્જા પેદા કરે છે જે સમાનવિચાર વાળા લોકો, પરિસ્થિતિઓ તથા સંજોગોને આકર્ષે છે જે તેમને તેમનાં સ્વપ્ન સિધ્ધ કરવામાં મદદ કરે છે.

તમારે તમારાં પ્રયોજન પર મનન કરવા માટે સમય કાઢવો જોઈએ. જ્યારે આપણામાં પ્રયોજનની ભાવના હોય ત્યારે અસામાન્ય વસ્તુઓ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. આથી જ ઘણીવાર આપણે અસામાન્ય પ્રતિભા ધરાવતી વ્યક્તિઓ - સંગીત, શૈક્ષણિક અથવા રમત-ગમતનાં ક્ષેત્રમાં, ક્યારેય તેમની પૂર્ણ શક્તિને સમજતી નથી તેવું જોઈએ છીએ. આવું એટલા માટે છે કે તેઓમાં પ્રયોજનની ભાવનાનો અભાવ હોય છે. કદાચ તેઓ ક્યાં હોવા ઈચ્છે છે તે નથી વિરુદ્ધ તેમની દૃષ્ટિ તેમની પ્રતિભા તેમને ક્યાં લઈ ગઈ છે તે દિશા સાથે સંલગ્ન થયેલી નથી હોતી. કદાચ તેઓ તેમના પોતાનાં સ્વપ્નને બદલે બીજાએ તેમને માટે સેવેલાં સ્વપ્નોને અનુસરે છે.

બીજી તરફ, સરેરાશ ક્ષમતાવાળા જે લોકો પ્રયોજનની સ્પષ્ટતા ધરાવે છે તેઓ ઉત્તમ પરિણામો પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

સાબિત કરવા માટે મુદ્દો હોવો

આ પ્રયોજનની ભાવના ઘણીવાર નીચેની બાબતોમાંથી ઉત્પન્ન થઈ હોય છે :

- જે ન્યાયી નથી તેવું કશુંક **બદલવા** ની ઈચ્છા હોવી
- એક **સમસ્યા** - સામાજિક, વ્યાપારની કે સમુદાયની - **ઉકેલવાની** ઉંડી ઈચ્છા
- તમે **સફળ** થઈ શકો છો તેવું દુનિયામાં પૂરવાર કરવાની ઈચ્છા
- તમે **સર્વશ્રેષ્ઠ** થઈ શકો છો તેવી જરૂરિયાત
- તમારું જીવન અથવા કારકીર્દિ અત્યારે તમે જે મેળવો છો તેના કરતાં વધારે આપી શકે છે તેવી **માન્યતા**

“જે ક્ષણે વ્યક્તિ સ્પષ્ટપણે પોતાની જાતને અર્પણ કરે છે ત્યારે ભાગ્ય પણ ચાલે છે. વ્યક્તિને મદદ કરવા માટે દરેક પ્રકારની વસ્તુઓ બનવા લાગે છે, જે અન્યથા ક્યારેય ન બની હોત. **એ નિર્ણય** માંથી ઘટનાઓનો આખો પ્રવાહ ઉદ્ભવે છે, જે વ્યક્તિની તરફેણમાં **અણધાર્યા બનાવો** , મીટીંગો અને બીજા પ્રકારની મદદ

ઉભી કરે છે, જે કોઈ માણસે પોતાના માર્ગમાં આવી મળશે તેવું **સ્વપ્ન** પણ ન જોયું હોય.”

– જોહાન વુલ્ફગેંગ વોન ગોએથ

1.5

કોણ તમારાં સ્વપ્નમાં ભાગ લે છે ?

તમારી સફળતાની યાત્રામાં તમારે તેને માટેના મુખ્ય ઘટકો, જેવા કે જુસ્સો, દૃષ્ટિ, લક્ષ્યો, પ્રયોજનો બધાં જ શરૂઆતમાં જ વ્યવસ્થિત કરી લેવા જોઈએ કારણ કે તમારે શરૂઆતથી જ પુષ્કળ વિરોધોનો સામનો કરવો પડી શકે છે. આ વિરોધ તમારા રોજીંદા જીવનમાંના લોકો - સહકર્મીઓ અને મિત્રો તથા પરિવારજનોમાંથી પણ - તરફથી આવશે, જેઓ તમારા સ્વપ્નમાં ભાગ લેતા નથી.

કદાચ તેઓ વિચારે છે કે આ વધુ પડતું મોટું જોખમ છે, અથવા તેઓ નથી માનતા કે તમારી સફળ થવાની કોઈ તક હોય અથવા તમે તમારી ખરી ઈચ્છા શોધી કાઢી છે તેની તેમને ઈર્ષ્યા હોય. તેમનાં કારણો ગમે તે હોય તમારે તેમના વિરોધનો અને નકારાત્મકતાનો મુકાબલો કરવા માટે પૂરતા મજબૂત થવાની જરૂર છે અને તેમને તમારી યાત્રાના પ્રારંભમાં જ તેને આડેપાટે ચડાવવાની છૂટ ન આપો.

જોકે, એવા લોકો પણ હશે જેઓ તમારી મહત્ત્વાકાંક્ષા ને કારણે તમને પસંદ કરે અને તમારા મુલ્યોમાં ભાગ લે, તેમનો ટેકો અને મહત્વની દૃષ્ટિ તેમજ તમારી સફળતાની ગતિ વધારી શકે તેવા મહત્વના સંપર્કો તમારા ધ્યેયમાં અમૂલ્ય સાબિત થઈ શકે છે.

રહસ્ય ધ્યાનપૂર્વક એ શોધી કાઢવામાં છે કે ટેકા માટે તથા તમારાં સ્વપ્નને પોષવા માટે તમે કોના પર વિશ્વાસ મૂકી શકો અને કોણ, ભલે ગમે તેટલા સારા અર્થમાં તમારા માર્ગમાં અવરોધો ઉભા કરે તેમ છે. માટે, એ અતિઆવશ્યક છે કે તમે એ બાબતની તકેદારી રાખો કે તમે તમારું સ્વપ્ન યોગ્ય વ્યક્તિ સાથે વહેંચો છો, જે આગળ જતાં સહાયકની જેમ કાર્ય કરે - અને સ્વપ્નના હત્યારાઓ, જેઓ ખાસ કરીને કાર્યસ્થળે સામાન્ય રીતે હોય છે - થી ચેતો, જેઓ જો તમે સાવધાન ન હો તો તમને ધકેલી દઈ શકે છે.

“એક **મિત્ર** એ છે જેની સામે હું **મોટેથી વિચારો** વ્યક્ત કરી શકું.”

– રાલ્ફ વાલ્ડો એમર્સન

તમારા સમર્થકોમાં શોધવા જોઈએ તેવા ગુણો.

યોગ્ય લોકો - સમર્થકો અને ગુરુઓ - શોધવા, કે જેઓ તમારી યાત્રાના પ્રારંભિક તબક્કામાં તમારા સ્વપ્નમાં ભાગ લે, જેઓ તમારા સફળતાના માર્ગમાં તમને ગતિ આપવા માટે અમુલ્ય હોય અને જેઓએ -

- તમારાં મુલ્યો તથા **માન્યતાઓ** વહેંચવા જોઈએ.
- **વિશ્વાસ પાત્ર** અને સલાહ માટેનો ભરોસાપાત્ર સ્ત્રોત હોવું જોઈએ.
- વધારાનાં પ્રમાણિક **મુલ્યો** અને જ્ઞાન લાવવા જોઈએ.
- તમે જે કરો તેમાં **રસ ધરાવતા** હોવા જોઈએ.
- તમારી સફળતામાં પ્રમાણિક **રસ** હોવા સીવાય બીજી કોઈ પ્રચ્છન્ન રીતે કામ તરફ **લઈ જનાર** ન હોય.
- એવી રચનાત્મક સલાહ આપનાર જે **પ્રેરિત કરે** .
- જરૂર હોય ત્યારે **મળી** શકે તેવા.

“**કિંમતી રત્નો** જેવા સારા શ્રોતાઓ પર **વિશ્વાસ મૂકવો.**”

– વોલ્ટર એન્ડરસન

1.6

સંબધ્ધતા સર્જવી

તમારાં સ્વપ્નને પરિપૂર્ણ કરવા તરફની તમારી યાત્રાને જોશપૂર્વક શરૂ કરવા માટે તમારે એક વ્યૂહરચના - એક વિચાર અથવા પ્રકલ્પ - વિચારવી જરૂરી છે. તમારાં ધ્યેય મુજબ તે એક નવી નોકરી માટે અરજી કરવી અથવા સમુદાય માટે પ્રકલ્પ શરૂ કરવાથી લઈને એક યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરવા અથવા એક નાનો વ્યાપાર શરૂ કરવા સુધીનું કાંઈપણ હોઈ શકે.

આ વ્યુહરચના તમને તમારા વચગાળાનાં લક્ષ્યોમાંથી પ્રથમને પ્રાપ્ત કરવામાં અથવા તમારા સ્વપ્નને સિધ્ધ કરવાના માર્ગ પર તેમાંના ઘણા બધાં લક્ષ્યો તરફ તમને લઈ જવામાં મદદ કરી શકે છે. તમારું આયોજન ગમે તે હોય, તમારી પ્રથમ યોજના સફળ થાય તે અતિઆવશ્યક છે. નિષ્ફળતા તમારી મહત્વાકાંક્ષામાં ગંભીરતાપૂર્વક ખાંચો પાડી શકે. આથી તમારે તમારા સ્વપ્નમાંથી એક ડગલું પાછા હઠવું અને તમે જેનો પ્રારંભ કરવા જઈ રહ્યા છો તેની વ્યવહારુતાને ધ્યાન પર લેવા માટે ક્ષણવાર માટે તમારા જુસ્સાને અળગો કરવો જરૂરી છે.

આ નકારાત્મક બનવા વિશેની વાત નથી. તે આગળ વધતાં પહેલાં યોજનાને સફળ બનાવે તેના બધા જરૂરી ઘટકો યોગ્ય સ્થાને છે તેની ખાતરી કરવા વિશે છે. તમારો જુસ્સો અને પ્રયોજન આવશ્યક છે, પરંતુ તમે જે પધ્ધતિનો ઉપયોગ કરવાનું વિચારો છો તેના વિશે પણ સાવધાનીપૂર્વક વિચારવું જરૂરી છે. તમારે તમારા મગજ તથા હૃદયનો ઉપયોગ કરીને તથા તમારી પાસે જરૂરી સ્ત્રોતો છે તેની ખાતરી કરીને, જે અનિવાર્યપણે અસ્તિત્વ ધરાવે છે અને બહાદૂરી તથા બેપરવાઈ વચ્ચેનાં સમતોલન પર ત્રાટકવાનાં જ છે તેવાં જોખમોની આકારણી કરવાની તથા વ્યવસ્થા કરવાની પણ જરૂર છે.

મરણીયા થઈને અથવા અતિ ઉત્સાહી માનસિકતા સાથે નવાં સાહસ અથવા યોજના વિશે વિચારવું તે વિનાશમાં પરિણમી શકે છે. એક સફળ શરૂઆતની ખાતરી કરવા માટે તમારી યાત્રા કેવી રીતે શરૂ કરવી તે સાવધાનીપૂર્વક ધ્યાનમાં લેવું તે તમારો આત્મવિશ્વાસ ઘડવા માટે તથા ભાવિ માટે મજબૂત મંચ સર્જવા માટે કટોકટીભર્યું બની રહેશે. જો તમે એક વસ્તુલક્ષી અને લાગણીવશતાથી પર હોય તેવાં દૃષ્ટિબિંદુથી એક યોજનાના ફાયદા તથા ગેરફાયદા આકારી શકો તો તમે સફળ થવા માટેના ગુણોમાંનો એક ધરાવો છો તે જ્ઞાન નિશ્ચિત કરી શકો.

હૃદય, મગજ અને પાકીટ વચ્ચે સમતોલન કરવું. સફળતાની પવિત્ર ત્રિપુટી

- **હૃદય**

તમારાં સ્વપ્ન વિશે **લાગણીવશ** હોવું તે આવશ્યક છે કારણ કે તે તમને બીજા લોકો કરતાં ધારદાર બનવામાં મદદ કરી શકે છે અને તમને **પ્રયોજનની ખરી ભાવના** સાથે આગળ લઈ જઈ શકે છે.

- **મગજ**

તમે જે આયોજન કરી રહ્યા છો તેના વિશે સાવચેતી પૂર્વક વિચારવું તે **બેપરવાઈ ટાળવાની** ચાવી છે, જે તમારી પ્રતિષ્ઠાને ઝાંખી પાડી શકે છે, તમારાં આરોગ્યને નુકશાન પહોંચાડી શકે છે તથા બીજાને તકલીફ આપી શકે છે. માટે તમે જે સિધ્ધ કરવા ઈચ્છી રહ્યા છો તેના તરફ **બુધ્ધીપૂર્વકની માનસિકતા** લાગુ કરો.

- **પાકીટ**

શું તમારી પાસે તમારા **સ્વપ્નને સમજવાનું** શરૂ કરવા માટેના સ્ત્રોતો છે ? જો તમે પૂષ્કળ પૈસા ગુમાવો અને તમારી જાતને ગંભીર આર્થિક બખેડામાં મૂકી દો તેવી શક્યતા હોય તો તમે સફળ નહીં થાવ, માટે કાંતો તમારા આયોજન વિશે પુન: વિચારણા કરો અથવા **સ્ત્રોતો** એકઠા કરવા અને તેની સાથે સંકળાયેલ જોખમો ઘટાડવા માટે નીકળી પડો.

"જેમ તમારી મોટરનાં પૈડાં જ્યારે **સંપૂર્ણપણે એક રેખામાં** હોય ત્યારે તમારી મોટર વધુ સરળતાથી દોડે છે અને વધુ ઝડપથી અને આગળ જવા માટે ઓછી ઉર્જાની જરૂર પડે છે, તેવી જ રીતે જ્યારે તમારા વિચારો, લાગણીઓ, ભાવનાઓ, લક્ષ્યો અને મુલ્યો **સમતોલ** હોય ત્યારે તમે વધુ સારો દેખાવ કરો છો."

– બ્રીઆન ટ્રેસ

1.7

તમારાં મુલ્યો નક્કી કરો

ઉત્તરોત્તર આગળ વધતી જતી ડીજીટલ દુનિયામાં જ્યારે માહિતી અને માધ્યમો બધાની આંગળીના ટેરવે હોય છે, ત્યાં પ્રતિષ્ઠા એ સફળતાનું વધતું જતું પાસું બની ગયું છે. એક ઝાંખી પડેલી પ્રતિષ્ઠા, પછી તે દુનિયાનાં માધ્યમોમાં ફેલાયેલી હોય કે માત્ર ચોક્કસ સમુદાય અથવા વ્યાપાર વિભાગની અંદર હોય, તે એક વ્યક્તિ અથવા વ્યાપારને નીચે લાવી શકે છે. વધારામાં એ છે કે, સફળ થવાની ઉતાવળમાં, ઘણીવાર એવું કશુંક હોય છે જે ભૂલાઈ જાય છે અને ત્યાં સુધીમાં ઘણું મોડું થઈ ગયું હોય છે. એટલા માટે જ પ્રારંભથી જ તમારી પ્રતિષ્ઠા સંભાળવી તે ઘણું મહત્વનું છે.

વેળાસર તમારાં મુલ્યોની શ્રેણી નક્કી કરી નાખવી કે જે તમે બીજા લોકો, જેમકે તમારા સહકર્મીઓ, મિત્રો, પરિવારજનો અથવા ગ્રાહકો - સાથે કેવી રીતે વ્યવહાર કરો છો. તે નક્કી કરે, તે શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. સારી આબરૂ ઉભી કરવા માટે તથા તેને જાળવી રાખવા માટે, આ મુલ્યોને પથ્થરની લકીર બનાવી દેવાં જોઈએ અને ક્યારેય તેમાં બાંધછેડ કરવી ન જોઈએ. તે તમારી ક્રિયાઓ માટે નીતિમત્તાનાં બેરોમીટર જેવાં હોવાં જોઈએ અને તમે જે કરો તે બધામાં યોગ્ય ભૂમિકા ભજવે તેવાં હોવાં જોઈએ.

પ્રમાણિક કે અપ્રમાણિક કોઈપણ માર્ગે સફળતા પ્રાપ્ત કરવી એ હંમેશાં બુમરેંગ થઈ શકે છે, જે તમને ખોખલા, ખાલીપણાની લાગણીવાળા બનાવી દે. અનૈતિક વર્તણુકોમાંથી પરિણમેલી વૈશ્વિક આર્થિક કટોકટીની પેઢીઓ સુધી દૂરગામી અસર પડશે. નાણાકીય દુનિયામાં વ્યક્તિઓ વડે અનુભવ કરાયેલ ટૂંકાગાળાની પ્રાપ્તિઓ સંસ્થાઓના ગંભીર અવિશ્વાસમાં પરિણમી છે, જેમાં સમાજના નૈતિક તંતુ પણ ઉખડી ગયા છે. જે વ્યક્તિઓની મજબૂત અંગત આબરૂ હતી તેઓ રાતોરાત રાષ્ટ્રના દુશ્મનો બની ગયા. તેવી જ રીતે, જે ખેલાડીઓ દેખાવ સુધારે તેવા નશીલાં દ્રવ્યોનો ઉપયોગ કરીને ઝડપથી સફળ થવાનો માર્ગ લે છે તેઓનો અંત વ્યક્તિગત રીતે અને વ્યાવસાયિક રીતે ઉંચી કિંમત ચૂકવીને આવે છે.

સફળતા ક્યારેય તમને તમારાં મુલ્યો સાથેની બાંધછોડમાં અને સાચા તથા ખોટા વિશેની તમારી મૂળભુત માન્યતામાં તમને ક્યારેય સંડોવવી ન જોઈએ. સફળતા એવી રીતે પ્રાપ્ત થવી જોઈએ જે લાંબા ગાળાના ટકાઉ વિકાસ જન્માવે અને કોઈપણ ત્રીજા પક્ષને બેહૂદી, પીડાદાયક અથવા નીચું જોવરાવે તેવી ન લાગે.

તમારાં મુલ્યો એવી આંતરિક નીતિનું મીકેનિઝમ છે જે તમે જેને સાચું અથવા ખોટું ગણો છો તેને નિયંત્રિત કરે છે. તમે જે કાંઈ પણ કરો તેમાં સાચી વસ્તુ કરશો તો તે હંમેશાં તમને લાંબાગાળાનું વળતર આપશે.

અંધારી બાજુથી ચેતો

તમારી સફળતાની ઝંખનામાં ક્યાં મુલ્યો તમારે માટે અગત્યનાં છે તેની સૂચિ બનાવો - અને તેને વળગી રહો. સૂચિ બનાવતી વખતે તમારે માટે શું મહત્વનું છે તે ધ્યાનમાં રાખો. પ્રારંભ કરવાનો એક સારો મુદ્દો : "બીજા તમારા પ્રતિ જે કરે તેવું ઈચ્છતા હો તેવું તમે બીજા પ્રતિ કરો."

"જો આપણે **આગળ જવાના** હોઈએ તો આપણે પાછા જવું જોઈએ અને એ મુલ્યવાન મુલ્યો ફરી શોધવાં જોઈએ - કે બધી વાસ્તવિકતાઓ **નૈતિક પાયા** પર અવલંબે છે. અને કે બધી વાસ્તવિકતાઓ પર આધ્યાત્મિક નિયંત્રણ હોય છે."

– માર્ટીન લ્યુથર કીંગ (જુનિયર)

યોગ્ય રમત નીચેની બાબતો સર્જે છે :

- મૈત્રી
- આદર
- વફાદારી
- કીર્તિ
- વિશ્વાસ
- સમર્પિતતા
- સંતોષ
- સુરક્ષિતતા

ગંદી રમત આમાં પરિણમે છે :

- અણગમો
- અસ્થિરતા
- અનાદર
- અત્યાચાર
- બીનવફાદારી
- એકલતા
- અસુરક્ષિતતા
- અજંપો

તમે શું પસંદ કરશો ?

"જ્યારે તમે તમારાં **મુલ્યો** કયાં છે તે જાણતા હોવ ત્યારે **નિર્ણયો** લેવા કઠીન નથી."

– રોય ડીસ્ને

1.8

તમારી માનસિકતા બદલવી

તમારાં સ્વપ્ન સુધી પહોંચવાની યાત્રામાં સંખ્યાબંધ તબક્કાઓ અથવા વચગાળાનાં લક્ષ્યોનો સમાવેશ કરાશે - એવાં મહત્વનાં સીમાચિન્હો જે તમારાં સ્વપ્નને માર્ગ પૂરો પાડતાં માર્ગમાં આવતાં તમારાં નિશાનો હશે. દરેક તબક્કો અંગત રીતે અથવા વ્યાવસાયિક રીતે - અથવા તમારાં સ્વપ્નને આધારે બન્ને રીતે એક પ્રગતિ નિરૂપશે. તમારાં લક્ષ્ય આગળ વધતાં જશે તેમ તમારા સંજોગો અને તમે જેનો સામનો કરશો તે પડકારો પણ આગળ વધશે. એવું પણ બની શકે કે તમારે લેવા પડશે તે નિર્ણયો વધુ તકાદાભર્ય હોય અને જોખમો વધુ તીવ્ર હોય. આવાં બદલાતાં વાતાવરણને સંભાળવા માટે તમારે દરેક તબક્કે તમારી માનસિકતાને નવા સ્તર પર લઈ જઈને અંગત રીતે પ્રગતિ કરવી જરૂરી છે.

વિકસતા વ્યાપાર અથવા એક પડકારભર્યો નવો પ્રકલ્પ શરૂ કરતી વખતે કટોકટીભર્યા પગલાં તમારી વિચારવાની રીત પર દબાણ લાવશે - તે તમને નવાં ક્ષેત્રોમાં ધકેલશે અને કદાચ તમે પહેલાં ગયા હોવ તેનાથી પણ આગળ લઈ જશે. તમારી ક્ષમતાઓ તેની સીમા સુધી ખેંચાઈ જાય તેવું બની શકે છે. માટે, તમારી વિચારવાની રીતને એવી રીતે અનુકુળ કરી દેવી મહત્વની છે જે દરેક નવી પરિસ્થિતિ જે નવાં જોખમો અને પડકારો લાવે છે તેની સાથે મેળ પાડી શકે. નહીંતર આંજી નાખતા પ્રકાશમાં જેવી રીતે સસલું થીજી જાય તેમ તમે તમારી જાતને થીજી ગયેલી - તમને આગળ લઈ જવા માટેનાં જરૂરી નિર્ણયો લેવા અસમર્થ અનુભવશો.

ઉદાહરણ તરીકે, સફળ ઉદ્યોગસાહસિકો તમને કહેશે કે તેમની કંપનીઓ વિકસાવવામાં તેમની ક્ષમતાઓની તુટી જવાની અણી પર આવી જાય ત્યાં સુધી કસોટી થઈ હતી. જો તમારે બેંકના પૈસા મેળવવા માટે અંગત બાહેંધરી આપવાની જરૂર પડે અથવા તમારા વ્યાપાર અથવા અંગત યોજનાના વિકાસને ટેકો આપવા માટે નવી કુનેહો શીખવી પડે તો તમે કેટલી સ્વસ્થતા અનુભવશો ?

આગળનાં ચઢાણ માટે તમારી જાતને તૈયાર કરવા માટે, તમે એક લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવા પરથી બીજા પર જતી વખતે તમે જે જુદા જુદા પડકારોનો સામનો કરશો તેને પહોંચી વળવા માટેનું વળતર મળે છે, જેથી તમે તેની સાથે કામ પાર પાડવા માટે માનસિક રીતે તૈયાર થઈ શકો. દરેક લક્ષને તમારા સ્વપ્ન તરફનાં એક પગલાં તરીકે જોવું તે વિચારોની સ્પષ્ટતા અને કેન્દ્રિતતા સાથે આગળ વધવાની છૂટ આપીને દરેક તબક્કાને સફળતાપૂર્વક ચર્ચા કરવા માટે વિકસાવવાની જરૂરી માનસિકતા નક્કી કરવામાં તમને મદદ કરશે.

તમારી પોતાની માનસિકતા સીડી બનાવો

તમે અત્યારે ક્યાં છો, ક્યાં હોવા માંગો છો અને એવા મહત્ત્વના તબક્કાઓ જે તમને ત્યાં લઈ જશે તેના તરફ જોવાથી, તમે માર્ગમાં જેનો સામનો કરશો તેવા વિવિધ પડકારો ક્યાં હશે તે અને આવા દરેક પડકારનો સફળતાપૂર્વક નિવેડો લાવવા માટે જરૂરી માનસિકતા નક્કી કરી શકશો.

"તમે બદલાવનો સ્વીકાર કરો છો ત્યારે તમે તેમાંથી બહાર આવો છો."

– બ્રુસ બાર્ટન

પગલાંઓનું આયોજન કરવું :

- અત્યારે તમે જ્યાં છો તે **સીડીનું** સૌથી નીચેનું પગથીયું છે.
- સીડીની ટોચ પર હોવું તે તમારું **અંતિમ સ્વપ્ન** છે.
- વચ્ચેનાં **પગથીયાંઓ** તમે જ્યાં **હોવા માગો છો** ત્યાં ત **મને** લઈ જવા માટે તમે પોતે ગોઠવેલા વિવિધ વચગાળાનાં લક્ષ્યો છે.

"કંઈક **વિરલ-અસાધારણ** -સર્જવા માટે તમારી માનસિકતા નાનામાં નાની વિગત પર નિષ્ઠુરતાપૂર્વક કેન્દ્રિત હોવી જોઈએ."

– જ્યોર્જીઓ અરમાની

પડકારોનો સામનો કરવો :

- દરેક તબક્કા અથવા લક્ષ વિશે **સાવધાનીપૂર્વક** વિચારો.
- દરેક પડકાર જે જુદી જુદી પરિસ્થિતિ રજુ કરે છે તે **ધ્યાનમાં લો** .
- તમારી જાતને એક તબક્કામાંથી બીજામાં ઉપર લઈ જવા માટે તમારે જરૂર પડશે તેવી **માનસકિતા** નક્કી કરો.

1.9

તકને સમજો

તમારાં સ્વપ્નને સમજવા માટેના કટોકટીભર્યા સમય અને ઉર્જાનો બગાડ ટાળવા માટે તમારે માત્ર તમારું આગળ વધવાનું ઝડપી બનાવી શકે તેવી મુખ્ય તકો તરફ જાગૃત હોવાની જ જરૂર નથી, પરંતુ તે જ્યારે ઉભી થાય ત્યારે તેના પર ઝડપથી અને નિર્ણયાત્મક રીતે કામ કરવાની પણ જરૂર છે.

કદાચ આ બહુ સીધું સાદું લાગી શકે પરંતુ તમે વર્તમાનમાં જે રીતે વર્તતા હો તેમાં પાયાના ફેરફારો કરવાની જરૂરિયાત હોઈ શકે. આવું એટલા માટે છે કારણ કે મોટાભાગેના લોકોની વૃત્તિ સરળ વિકલ્પો લેવાની, અઘરા નિર્ણયો લેવાનું ટાળવાની અને જોખમો લેવાથી શરમાવાની હોય છે. પરિણામે, ઘણા લોકો આખી જીંદગી પસ્તાવામાં ગાળે છે કે તેમણે અમુક વસ્તુઓ ન કરી અને એવાં ચોક્કસ પગલાંઓ ન લીધાં જે તેમની જીંદગી કદાચ વધુ સફળતાપૂર્વક બદલી શક્યાં હોત - અને તેમને એ સ્થાનની નજીક લઈ જઈ શક્યાં હોત જ્યાં હોવાનું તેમણે વધુ પસંદ કર્યું હોત.

મહત્વની તકો ઝડપી લેવાનું નક્કી કરવા માટે કઠીન નિર્ણયો લેવાની તથા જરૂરી જોખમ ઉઠાવવાની હિંમત તમારી પોતાની અંદર ભરી દેવી તે તમે જેને માટે ઝંખો છો તે સફળતા પ્રાપ્ત કરવામાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવશે.

આપણા રોજ-બ-રોજનાં અસ્તિત્વમાં આપણે સતતપણે મહત્વના નિર્ણયો લેવાની ઘડી પર પહોંચતા હોઈએ છીએ અને એક બીંદુએ કઈ તરફ વળવું જોઈએ તે નિર્ણય લેવો જ પડે છે. ઓછામાં ઓછા પ્રતિકાર વાળો માર્ગ લેવાને બદલે, તમારે સફળતા માટેના તમારા જુસ્સામાંથી આવતી તમારી પ્રયોજનની ભાવના પર કેન્દ્રિત થવાની અને કયો માર્ગ તમને તમારા સ્વપ્ન તરફ ઝડપથી લઈ જશે તેના આધારે પસંદગી કરવાની જરૂર છે.

તમારે ઈશારાઓ સમજવાની, તકો ઓળખવાની અને શક્ય જોખમો તરફ તમારું મન ખૂલ્લું રાખવાની જરૂર છે જેથી તમે તેમની સાથે વ્યવહાર કરવા માટે, અને તમારા લક્ષની નજીક જવા માટેની તમારી તક ઝડપી લો. એ રીતે તમે “જો આમ થયું હોત તો” વાળી લાગણીને એ સંતોષ સાથે બદલી શકશો કે તમે ક્ષણને પકડી લીધી છે અને કોઈ પસ્તાવો નથી.

ક્ષણને ઝડપી લેવી.

એવા ઘણાં કારણ અને સંજોગો હોય છે જે તમને જીવનમાં એકાદ વખત મળતી એવી તક કે જે તમને તમારાં સ્વપ્ન પૂરાં કરવામાં મદદ કરી શકી હોત, તે ઝડપી લેવાથી અટકાવે છો :

- માનહાનિનો **ડર**
- પરિવાર તરફની **જવાબદારી**
- નાણાંકીય **જોખમ**
- વ્યક્તિગત **અસુરક્ષિતતા**

“**સારી રીતે દોડાયેલ** જીવનની દોડ, **સારી રીતે થયેલ** જીવનનું કાર્ય”

કબર પરનું લખાણ - અજ્ઞાત.

જેની તમારે કદાચ જરૂર પડી શકે તેવી વધારાની પ્રેરણા પૂરી પાડવા માટે, તે મુજબ કરવું તે કેવી રીતે તમારું સ્થિતિ સ્થાન અને દરજ્જો વધારી શકે તે ધ્યાનમાં લો. તમારી જાતને નીચેના પ્રશ્નો પૂછો અને તમને જે રીતે જોવાઈ રહ્યા છે તેમાં તકને ઝડપી લેવાથી કેવી રીતે ફરક પડશે તે વિશે વિચારો :

- લોકો મને એક વ્યક્તિ તરીકે કેવી રીતે **વર્ણવે** છે ?
- મારા સાથીઓ હું શું **ફાળો** આપું છું તેમ વિચારે છે ?
- લોકોને મેં કઈ મહાન વસ્તુઓ **સિધ્ધ** કરી છે તેમ લાગે છે ?
- જો હું અહીં ન હોઉં તો હું ક્યા **છીંડા** છોડી જઈશ ?
- મને શેને માટે **યાદ** કરાય તેવું હું ઈચ્છું છું ?

1.10

ક્રિયા વગરનું સ્વપ્ન ભ્રાંતિ સમાન છે

તમારું સ્વપ્ન ગોઠવી લેવા માટે પૂરતો સમય લીધા પછી, અને તેને સિધ્ધ કરવાના માર્ગનો નકશો બનાવી લીધા પછી તમારા જુસ્સાને અનુસરવા તરફની તમારી સમર્પિતતાની ખરી કસોટી તમે તેને માટે કંઈક કરો છો કે નહીં તેમાં છે.

તમારાં લક્ષ્યને આગળ વધારવા પર તમે વાસ્તવમાં કામ કરો છો કે નહીં તે નક્કી કરવું તે તમે વિચારતાં હોવ તેના કરતાં વધારે મુશ્કેલ છે. ખરેખર, મોટાભાગનું કાર્ય તમારા ખરા જુસ્સા પર નિર્ણય લેવો અને તમે તમારાં સ્વપ્નને ક્યાં લઈ જવા માંગો છો તે નક્કી કરવું તે છે. પછી તમારે એક પ્રયોજનની ભાવના ઉભી કરવાની, માર્ગમાં તમે જેનો સામનો કરવાના છો તે પડકારો ધ્યાનમાં લેવાની અને તમારી જાતને યાત્રા માટે તૈયાર કરવાની જરૂર છે.

પરંતુ જો તમે તમારાં લક્ષ્ય તરફ પ્રથમ પગલું ભરવામાં અને પછી તમારી જાતને આગળ વધારવામાં નિષ્ફળ જાવ તો આ બધી જ તૈયારી વ્યર્થ જશે. તે ઉપરાંત, એ મહત્વનું છે કે તમે માત્ર તમારાં ધ્યેય તરફ પ્રગતિ નથી કરી રહ્યા, પરંતુ તમે સાચી દિશામાં જઈ રહ્યા છો તે ખાતરી કરવા માટે તમારી ધ્યાન કેન્દ્રિતતા જાળવી રાખવી તે મહત્વનું છે.

જોખમ એ છે કે તમે તમારી જાતને સમજાવી દો છો કે તમે તમારા લક્ષ્યો તરફ આગળ વધી રહ્યા છો પરંતુ હકીકતમાં તમે તમારા માર્ગમાંથી દિશાભ્રષ્ટ થઈ ગયા છો અથવા તમે જરા પણ આગળ વધી જ નથી રહ્યા – તેને બદલે તમે માત્ર સ્થગિત થઈને ઉભા છો.

તમે હજી પણ સાચી દિશામાં આગળ વધી રહ્યા છો તેની ખાતરી કરવા માટે તમારી પ્રગતિની સતત સમીક્ષા કરતા રહેવું તે ચાવી છે. આનો અર્થ એવો થશે કે જો તમે માર્ગ પરથી ભટકી જાવ તો પણ તમે ઝડપથી તમારી જાતને પાછા માર્ગ પર લાવી શકો તેવા હોવા જોઈએ.

કર્તા બનો વાત કરનાર નહીં.

જે લોકો તેમનાં સ્વપ્નને સાચી ક્રિયા વડે આગળ વધારે છે તેઓ કર્તા હોય છે, અને તેઓ :

- **આત્મવિશ્વાસ** અને કઠોર સાદગી સાથે બોલે છે.
- તેઓ શબ્દો અને ક્રિયામાં **સુસંગત** હોય છે.
- તેમને **સાંભળવામાં** પણ રસ હોય છે.
- માત્ર તેની સાથે આગળ વધે છે
- પરિણામો **આપે છે**

તેનાથી ઊલટી રીતે, જે વ્યક્તિઓ મજબૂત લક્ષ્ય હોવાનો દાવો કરતી હોય પરંતુ ખરેખર તેમ હોય નહીં તેઓ વાતો કરનાર છે, અને તેઓ :

- તેમનું મન સતત બદલે છે.
- સતત અસુસંગત હોય છે.
- તેમને ગંભીરતાપૂર્વક લેવાતા નથી.
- તેમને સાથીઓ વડે બાજુએ કરી દેવાય છે અને સ્વપ્નદૃષ્ટા તરીકેની ચીટકી લગાડી દેવાય છે.
- પરિણામો આપવામાં નિષ્ફળ જાય છે અને બહાનાં કાઢે છે.

તમારી ક્રિયાઓ વિશે સતત નીચેના પ્રશ્નો કરતા રહીને એ ખાતરી કરો કે તમે એક કર્તા છો :

- શું તમે ગોઠવેલાં લક્ષ્યો **સિધ્ધ** થયાં છે ?
- તમે જ્યાં હોવા ઈચ્છો છો ત્યાં જવા માટે શું તમે જરૂરી **સમય** અને **પ્રયત્નો** લગાડો છો ?
- તમારાં સ્વપ્નને **વાસ્તવિકતા** બનાવવા માટે શું બદલવાની જરૂર છે ?
- શું તમારી **પ્રગતિ** થી તમે પ્રમાણિકપણે ખૂશ છો ?
- તમારે શું **બદલવું** જરૂરી છે ?

“પીડા વગર **પ્રાપ્તિ** નથી.”

– બેન્જામીન ફ્રેન્કલીન.

પ્રયોજન, એકાગ્રતા,
પ્રેરણા, અભયપદ,
સલાહ, દૃષ્ટિ, નિશ્ચય,
સ્પષ્ટતા, ટેકો,
જવાબદારી.

બીજું કદમ
તૈયારી કરો **2**

જો તમે તમારી જાતને અગાઉથી શારીરિક અને માનસિક બન્ને રીતે તૈયાર કર્યા વગર મેરેથોન દોડો તો તમે પાગલ હશો. આમ ન કરવું તે તમને સફળ થવાની બહુ નજીવી તક આપશે, અને તેમ છતાં જો કોઈ ચમત્કાર વડે તમે તે દોડ પૂરી પણ કરી શકો તો તમે મેદાનમાં ઘણા પાછળ હશો અને આ પ્રક્રિયામાં તમારી જાતને કંઈક ગંભીર નુકશાન પહોંચાડવાનું જોખમ ચોક્કસપણે લેશો. આજ બાબત તમારાં સ્વપ્નને સમજવાની તમારી તરસ માટે પણ છે.

તમે તમારો જુસ્સો શોધી કાઢ્યો છે, તમારે માટે સફળતા એટલે બરાબર શું છે તે નક્કી કરી લીધું છે અને તમારા માર્ગ પર પ્રકાશ પાડવા માટે તમારી જાતને લક્ષ્યોની હંગામી શ્રેણી ગોઠવી આપી છે. હવે તમારે તમારી જાતને આગળ આવેલા લાંબા માર્ગ માટે ટોચની સ્થિતિમાં લાવવાની છે. ભલે દરરોજ કસરત વડે શારીરિક રીતે તંદુરસ્ત રહેવામાં અને આરોગ્યપ્રદ ખોરાક તમને માનસિક રીતે જાગૃત, ઉર્જામય અને નિરોગી રાખવામાં મદદ કરશે, પરંતુ એ તમારું શરીર નહીં પણ મગજ છે જેને સૌથી વધારે તૈયારીની જરૂર હોય છે.

આ પ્રકરણ તમારે તમારી જાતને કેવી રીતે ઘડવી જેથી તમે તમારાં ધ્યેયને ઉચ્ચ સ્થિતિમાં, પ્રયોજન, તમારી જાતને શક્ય તેટલો શ્રેષ્ઠ પ્રારંભ આપવા માટેના ઉત્સાહ અને માનસિક શક્તિ વડે છલકાતા હો તેવી રીતે બહાર પાડી શકો અને તમારાં મુખ્ય ધ્યેયોને પાર કરવાની તમારી તકોને મહત્તમ બનાવી શકો તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. તમારી જાતને માનસિક રીતે મજબૂત રાખવામાં મદદ કરવા માટે યોગ્ય જોડાણો કરવા સાથે, તમારી માનસિકતા અગત્યની છે.

2.1

નિર્ણય ઘડવો

જીવન ઉતાર ચઢાવથી ભરપૂર છે. ઉંચાઈ આપણને આગળ લઈ જાય છે જ્યારે ઉતાર નીચે તરફ ખેંચી શકે છે. તમારાં સ્વપ્નને સફળતાપૂર્વક સિધ્ધ કરવાની ચાવી એ છે કે ઉંચાઈ જે પ્રેરકબળ લાવે છે તેનો પૂરતો ફાયદો ઉઠાવવો, પરંતુ તમારી જાતને માનસિક રીતે નિમ્નતા માટે તૈયાર કરો જેથી તેઓ તમારી સફળ થવાની ઈચ્છામાં સુસંગતતા લાવે.

આપણા ઈચ્છિત સ્થાન તરફના વૈકલ્પિક માર્ગો શોધવા માટે સતતપણે દબાણ થવું તે થકવનારું હશે અને કદાચ તમને પ્રશ્ન થાય કે, "આમ કરવામાં મુદ્દો શું છે ? શું તે ખરેખર તેમ કરવા યોગ્ય છે ?"

આવા કટોકટીભર્યા બીંદુઓએ ચાલુ રાખવા કરતાં છોડી દેવું વધુ સહેલું હોઈ શકે છે - પરંતુ સફળ થવા માટે તમારે વધુ ઉંડું ખોદકામ કરવું પડશે, એકાગ્રતા જાળવવી પડશે અને તમારાં ધ્યેય ચાલુ રાખવાં પડશે અને એ સ્વીકારવું પડશે કે આઘાતો રમતનાં આયોજનનો ભાગ છે.

જ્યારે તમે તમારાં સ્વપ્નનાં શિખર સુધી પહોંચવા માટે તમારાં વચગાળાનાં લક્ષ્યોનું આયોજન કરો,ત્યારે તમે દરેક તબક્કે આવનાર પડકારોને ધ્યાનમાં લેશો અને તે મુજબ તમારી માનસિકતા બદલવાનું આયોજન કરશો. પરંતુ તેમની વચ્ચે અણધાર્યા પડકારો પણ આવશે અને તેમની ચક્રવૃધ્ધિ અસર ખરેખર તમારા નિર્ણયની કસોટી કરશે. જો તમારી દૃષ્ટિ સાચી હોય અને જુસ્સો મજબૂત હોય, તો તમે આઘાતો સાથે સહકાર સાધી શકશો અને મજબૂત થઈને તથા સફળ થવા માટે વધુ નિશ્ચિત થઈને પાછા ફરશો.

જો તમે ખરેખર તે ઈચ્છતા હોવ તો તમારામાં એક અતૃપ્ત આકાંક્ષા અને સફળ થવાની ઈચ્છા હશે. આ માનસિક મજબૂતી ઘડવી તે સફળતા માટેની સૌથી મહત્વની સામગ્રીઓમાંથી એક છે. સ્થિતિસ્થાપક બનવા માટે તમારાં મગજને અનુકુળ બનાવવું આવશ્યક છે. તેના વગર જીવવું વધારે મુશ્કેલ બની જાય છે. માટે વિપરિતતામાંથી બળ મેળવો. જ્યારે આ બધું વધારે પડતું લાગે ત્યારે તમે આ શા માટે કરો છો તેના પર વિચારો. તમે શેના માટે ઝંખો છો તે તમારી જાતને એ યાદ અપાવો કે તે ક્યારેય સરળ નહોતું હોવાનું અને કે સફળ થવા માટે તમને તમારી જાતમાં વિશ્વાસ છે. છેવટે તો, માર્ગ જેટલો વધારે મુશ્કેલ, તેટલી અંતમાં પ્રાપ્તિની લાગણી વધુ મહાન અને તેનો સ્વાદ વધારે મધુર.

"જો તમે નર્કમાંથી પસાર થઈ રહ્યા છો તો, **આગળ વધવાનું ચાલુ રાખો.** "

– વિન્સ્ટન ચર્ચિલ

ફરી શરૂ કરો, સ્વીકારો અને વિશ્વાસ રાખો.

જ્યારે વસ્તુઓ તમારા ધાર્યા મુજબ ન બનતી હોય ત્યારે તમને પાર ઉતારવા માટે ઉપરના સિધ્ધાંતને ગળે લગાડો.

- **ફરી શરૂ કરો** અને તમારાં સ્વપ્ન પર પાછા ફરો, તમારી સફળતાની છબી બનાવો અને આ છબી તમારા મગજમાં પકડી રાખો. આ પ્રક્રિયાને સહાય કરવા માટે શાંત ચિંતન આવશ્યક છે. આ પ્રવૃત્તિ તમને નકારાત્મક અવસ્થામાંથી બહાર કાઢશે અને તમારા મનને "પ્રયોજન પર" પાછા ફરવા માટે તાજું કરશે.

- **સ્વીકારો** કે બધું હંમેશાં તમારી રીતે નહીં બને. વસ્તુઓએ જેવી રીતે વળાંક લીધો તેવું શા માટે થયું તેની લંબાણપૂર્વકની ચીરફાડ ટાળો. સ્પર્ધામાં બીજા સ્થાને આવવું તે કેટલીક વખત આપણે માટે જાગૃત થવાની ઘંટડી હોઈ શકે. સ્થિતિને સ્વીકારો અને આગળ વધો નહીંતર પોતાના વિશેની નકારાત્મક વાતો પ્રગતિમાં અવરોધ ઉભો કરશે.

- તમારી જાતમાં અને તમે જીવન પાસેથી જે ઈચ્છો છો તે મેળવવાની તમારી ક્ષમતામાં **વિશ્વાસ** રાખો. જ્યારે તમે વિશ્વાસ વિકસાવો ત્યારે જ્યારે બાબતો અવળી પડે ત્યારે વળતો ફટકો મારવાનું ઘણું વધારે સહેલું બને છે. વિશ્વાસ હોવાથી તમે તમારાં મનને સમજાવી શકો છો કે બધું જ શક્ય છે.

આ ફીલોસોફીનો અભ્યાસ કરો અને જોવો કે તમારી સફળતા નાટકીય રીતે સુધરે છે.

"મુશ્કેલીઓ **મનને** એવી રીતે **મજબૂત બનાવે** છે. જેવી રીતે મજૂરી શરીરને."

– સેનેકા

2.2

પુનર્વિચાર કરો અને પુનઃ ચેતનવંતા થાવ

જ્યારે તમે તમારાં સ્વપ્નને સાચું પાડવા પર એકાગ્ર થયેલા હોવ ત્યારે તમે એવાં પ્રયોજન અને સમર્પિતતા સાથે તેને આગળ ધપાવો છો કે તમારી જાતને સંપૂર્ણપણે ડુબાડી દેવી અને તમારી પ્રગતિ અને વ્યુહરચનાનો પુનર્વિચાર કરવા માટે તમારે સમય કાઢવાની જરૂર છે તે ભૂલી જાવછો. તમારે નિયમિતપણે તમારી રોજ-બ- રોજની ફરજોમાંથી તમારી જાતને ખેંચી કાઢવાની જરૂર છે, જેથી તમે કરેલાં કાર્યોની પુન:ચકાસણી કરી શકો અને આગળનાં

આયોજન કરી શકો. જો તમે આ મુજબ નથી કરતા તો તમે દિશા ગુમાવી બેસો છો અને ઓછા ફળદાયક બની જાવ છો. પુનર્વિચારના સમયગાળાઓ તમને તમારું ધ્યેય સાચા માર્ગ પર છે તેની ખાતરી કરવા માટે તમારે જરૂર છે તેવી વિચારોની સ્પષ્ટતા માટે અભયપદ પૂરું પાડે છે.

આ અભય શોધવાનો અભ્યાસ માનસિક અવરોધો દૂર કરવામાં મદદ કરે છે અને કામ અને રમત વચ્ચે સમતોલનની ભાવના પોષે છે. પુનર્વિચારના નિયમિત ગાળાઓ વગર છેવટે તમે તમારી જાતને એક રૂઢિમાં આવી ગયેલા જોવો છો - એવું સ્થાન જ્યાં તમે હોવાનું નથી ઈચ્છતા !

તમે જરૂરી સમય કાઢો તેની ખાતરી કરવા અભયપદનાં ત્રણ સ્તરોનું આયોજન કરો અને તમારા રોજીંદા નિત્યક્રમમાં તેમને વળગી રહો :

સ્તર ૧ - આગળ પડેલા દિવસ માટે તૈયારી કરવામાં તમને મદદ કરવા માટે રોજીંદુ અભયપદ. ઉંડા પુનર્વિચારની ૧૦ મિનિટ સાથે રોજ શરૂઆત કરવી તે એકાગ્ર થયેલી પ્રવૃત્તિ અને જાગૃતિને ઝડપી શરૂઆત પૂરી પાડે છે.

સ્તર ૨ - અઠવાડીક અભયપદ તમારી ઉર્જાઓને બીન-સંલગ્ન પ્રવૃત્તિઓ જેવી કે એક શોખને આગળ ધપાવવો, રમત-ગમત અથવા પરિવાર તથા મિત્રો સાથે વધુ સમય ગાળવા વગેરે તરફ વાળે છે. આવી પ્રવૃત્તિઓ એક મહત્વનું મનોરંજન આપે છે આથી તમે તાજા થઈને તમારાં સ્વપ્નને આગળ ધપાવવા પાછા ફરો છો.

સ્તર 3 - વિસ્તારેલા અભયપદમાં એવી પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ થાય છે જેમાં મોટાભાગના લોકો વર્ષમાં માત્ર બે કે ત્રણ વખત જ ગોઠવાઈ શકે. તેમાં પારંપારિક રીતે પરિવાર સાથે રજાઓ ગાળવાનો; ટુંકા વિરામો અથવા કોઈક પ્રકારના સુરક્ષિત સ્થાને જવાનો સમાવેશ થાય છે. તે તમને માત્ર વિશ્રાંત થવાનો તથા પુન: ચેતનવંતા થવાનો જ નહીં પરંતુ વધુ મોટું ચિત્ર જોવાનો, તમારી પ્રગતિની આકારણી કરવાનો અને આગળ જતાં શેમાં ફેરફારની જરૂર છે તેના પર ધ્યાન આપવાનો સમય આપે છે. કોઈક સમયે તમારે તમારી આસપાસ શું બની રહ્યું છે તે જોવા તથા સાંભળવા માટે અટકવું પડે છે !

તમારી મુક્તિનું આયોજન કરવું.

એવી વસ્તુઓને તમારો નિત્યક્રમ બનાવી દો જે તમને અભયપદ શોધવામાં મદદ કરે :

- **પરિવાર તથા મિત્રો સાથે તમારું સામાજિક જીવન આયોજિત કરો** - સાચી દુનિયા સાથે જોડાયેલા રહેવા માટે મિત્રો સાથે મળતા રહેવાનો નિત્યક્રમ બનાવવાનો પ્રયત્ન કરો.
- **તમારાં પ્રિય સ્થળોની સૂચિ બનાવો** જ્યાં તમે થોડા વખતથી ગયા ન હો, પછી તેમની ક્યારે મુલાકાત લેવી તેનું સમયપત્ર બનાવો.
- **એક સુરક્ષિત સ્થાને જાવ** - તે તમને મગજને શાંત કરવામાં તથા રોજીંદા અવિરત જીવન સાથે જોડાયેલ અવાજો દૂર કરવામાં મદદ કરશે.
- **એક જીમમાં જોડાવ અને વધુ કસરત કરો** - તમારાં મગજને સાફ સૂફ કરવાનો અને તમારા ઉર્જા સ્તરો ઊંચા લાવવાનો આ ઘણો ઉત્તમ માર્ગ છે.
- **ઐતિહાસિક મહત્વ ધરાવતાં સ્થળની મુલાકાત લો** - પછી જ્યારે આરામ કરતા હોવ ત્યારે તમે પણ તમારા મગજને વ્યસ્ત રાખો છો તથા વિસ્તારો છો.
- **પ્રકૃતિ સાથે જોડાવ** - ગ્રામ્યપ્રદેશ, સમુદ્ર તથા પર્વતોની મુલાકાત લેવી. તે બધું તમને તંદુરસ્ત ખૂલ્લી જગ્યામાં લઈ જશે.

યાદ રાખો, વધુ પડતા વ્યસ્ત હોવા માટે કોઈ કારણ દર્શાવવાનું હોતું નથી ! તમારે સંપૂર્ણ જાગૃતિની અવસ્થામાં તમારું જીવન જીવવું જોઈએ !

"અવાર નવાર દૂર ચાલ્યા જાવ, નાનકડો **વિશ્રામ** લો, કારણ કે જ્યારે તમે તમારાં કામ પર પાછા આવશો ત્યારે તમારો **નિર્ણય** વધુ ખાતરીપૂર્ણ હશે. થોડાક દૂરનાં અંતરે જાવ કારણકે ત્યારે કામ **વધુ નાનું** દેખાય છે અને તે ઉપરાંત તેને એક નજરમાં સમાવી લેવાય છે અને **સંવાદિતા** અને **પ્રમાણનો** અભાવ તરત નજરે ચડે છે."

– લીઓનાર્ડો દ વિન્સી

2.3

એકલતા સાથે કામ પાડવું

સફળ માણસો ઘણીવાર તેમનાં ઈચ્છિત ધ્યેયો તથા હેતુઓને આગળ ધપાવતી વખતે તેઓ જે અટૂલાપણાની લાગણી અનુભવે છે તેના વિશે વાત કરે છે. તમારાં સ્વપ્નની પ્રવૃત્તિમાં તમે તમારી જાતને ચાલકની જગ્યાએ મોટા નિર્ણયો લેતા અને પુષ્કળ જવાબદારીનો બોજ ઉઠાવતા જોવો તેવું શક્ય છે. કદાચ તમે મુખ્ય વ્યક્તિ હોવ, અથવા તમારાં લક્ષ્ય તરફ તમારી પોતાની મેળે કામ કરતા હોવ : આ એક એકલવાયું સ્થાન હોઈ શકે છે.

સફળતા માટે ઝંખવું તે અનિવાર્યપણે અજ્ઞાતમાં યાત્રાનો સમાવેશ કરે છે, જે તમને એવા નિર્ણયો લેવામાં સંડોવશે કે બહુ ઓછા લોકો પાસે તમને મદદ કરી શકાય તેટલો અનુભવ હશે, આથી એ આવશ્યક છે કે તમે તમારા પોતાનાં વહેણ હેઠણ કામ કરી શકો, તમારી જાતને પ્રેરિત કરો અને આ પરિસ્થિતિ જે અસુરક્ષિતતા લાવી શકે છે તેને તાબે ન થાવ. આ એવું કંઈક છે જેનો તમારે સામનો કરવો અને જેને માટે તમારે તૈયારી કરવી જરૂરી છે, પરંતુ તેવી જ રીતે તમારે તમારા બોજમાં ભાગ લેવામાં તથા વિચારોમાં ફાળો આપવામાં તમને મદદ કરવા માટે તમારા સહકર્મીઓ અને વિશ્વાસુઓની તમારી પોતાની ટેકારૂપ કાર્યજાળ ઘડીને જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં એકલાપણાની લાગણી ઘટાડવી જોઈએ.

અંતિમ રમત અને પૂર્ણ થવાની રેખાની બહાર કેવી રીતે નીકળવું તેના પર તમારી સતત એકાગ્રતા સાથે, તમારી જાતને એકલી બંધ કરી દેવી અને વિચારવું કે માત્ર તમે જ તમને આગળ લઈ જાય તેવા નિર્ણયો કરવા માટે સજ્જ છો, તે સહેલું છે. પરંતુ તમારી જાતને પાછી ખેંચી લઈને તમે વાસ્તવિકતા પરની તમારી પકડ ગુમાવી શકો છો. બીજા લોકો વડે લવાયેલ માહિતી તમારી દૃષ્ટિને વિસ્તારી શકે છે, તમે ક્યારેય ન વિચાર્યા હોય તેવા વિચારો આપી શકે છે, તમારી પોતાનામાં અને તમારાં ધ્યેયમાં તમારી માન્યતાને પુન: સ્થાપિત કરી શકે છે, મુખ્ય નિર્ણયો જણાવવામાં મદદ કરી શકે છે, તમને પ્રેરિત કરી શકે છે અને આખરે તમને તમારાં સ્વપ્ન તરફ ઉપર ચડાવી શકે છે.

હા, એવો સમય પણ હશે જ્યારે કોઈ તમને મદદ ન કરી શકે અને તમારે એકલતામાં કામ કરવાની જરૂર પડે. પરંતુ તમારે તમારી જાતને ક્યારેય એવા લોકોથી અલગ ન કરી દેવી જોઈએ જેઓ તેમને અમુલ્ય મદદ આપી શકે.

અળગાપણા સામે ટક્કર લેવી

સફળ અને પરિપૂર્ણ જીવન તથા કારકીર્દિ તરફ આગળ વધવાની પ્રક્રિયામાં તમારે એકલતા સામે ટક્કર લેવા માટેના થોડાંક સાદાં પગલાં ભરવાં જરૂરી છે :

- **સ્મિત** - તમે તમારા જે સાથીઓ અને બીજાઓ પર પ્રભાવ પાડવાની કોશીશ કરો છો તેમને તમારી એકલતા વિશે ઈશારો ન કરો. તમને જે રીતે સમજવામાં આવે છે તેના પર આની વિપરિત અસર પડી શકે.
- **મિત્રો સાથે વાત કરો** - આપણને બધાંને કાર્યસ્થળની બહાર મિત્રો હોય છે આથી તમે તેમની સાથે વાત કરો. તેઓ ટેકા અને સલાહના મહાન સ્ત્રોત હોય છે.
- **શીખો** - નવી પરિસ્થિતિ અને વાતાવરણમાં નવા જ્ઞાનની જરૂર પડશે, તમે જેટલું વધારે જાણશો તેટલા વધારે આત્મવિશ્વાસુ થશો અને અળગાપણું ઓછું લાગશે.
- **મૈત્રીપૂર્ણ બનો** - તમે મળો તે દરેક સાથે સારા રહો, તે લોકોને તમારા તરફ હુંફાળા બનાવે છે અને તમે તેમની ઉર્જામાંથી પોષણ મેળવી શકો છો.
- **પ્રસંગોમાં હાજરી આપો** - એવા પ્રસંગો જ્યાં સમાન વિચારો ધરાવતા લોકો એકઠા થતા હોય તે અનુભવો તથા લડાઈની વાતો વહેંચવા માટેની આદર્શ તક પૂરી પાડે છે.
- **તમારા દૂત બનાવો** - એવા લોકો સાથે સંબંધ બાંધો જેઓ તમારાં દૃષ્ટિબિંદુને ટેકો આપે. તમે તેમની સાથે આદાન-પ્રદાન કરતા રહો તથા તમે શું વિચારો છો તથા કરો છો તે તેમને જણાવતા રહો તેની ખાતરી રાખો - તેઓ તમારા વકીલ તથા તમારા વતી બોલનાર બનશે.

તમે અલગ કે એકલા પડી ગયાનું અનુભવી શકો છો, પરંતુ તમારાં એ હકીકતમાં આશાએશ લેવી જોઈએ કે બીજાઓએ પણ તેમની સફળતા તરફ પ્રગતિ કરવામાં કોઈક સમયે બરાબર આવું જ અનુભવ્યું હશે.

“દુનિયાની મોટાભાગની મહત્વની વસ્તુઓ **એવા લોકો વડે** પૂરી કરાઈ છે, જેમણે જ્યારે **જરા પણ આશા નહોતી** દેખાતી ત્યારે **પ્રયત્નો** કરવાનું ચાલુ રાખ્યું હતું.”

– ડેલ કાર્નેગી.

એક સમુદાય સાથે જોડાવ

તમે જે કોઈ પણ સ્પર્ધામાં સફળ થવા માંગતા હોવ, તમને સંબંધિત સમુદાય શોધી કાઢીને છેવટે તેમાં જોડાવાથી ફાયદો થશે, જ્યાં સમાન રસ ધરાવતી વ્યક્તિઓ એક બીજા સાથે વિગતો વહેંચતી હોય તથા જોડાતી હોય. આમ કરવાથી તમે એવા સમાન વિચારસરણી વાળા લોકોને મળશો જેમના અનુભવો, વિચારો અને વલણો તમારી પોતાની સફળતામાં મોટો ફાળો આપી શકે.

ઉદ્યોગ સાહસિકોની દુનિયાએ વ્યાપાર નેટવર્કીંગ જુથોની સંખ્યામાં નાટકીય વધારો જોયો છે, જે અંગત તથા વ્યાપાર વિકાસના સ્ત્રોત તરીકે કાર્ય કરતાં હોય. આવાં જુથો નેટવર્કીંગ અને પરસ્પર ક્રિયાને ઉત્તેજન આપે છે. તેઓ માત્ર વ્યાપાર પ્રવૃત્તિને જ ઉત્તેજીત નથી કરતા પરંતુ તેઓ વાસ્તવિક જીવનના અનુભવો કે જે તમને અઘરા નિર્ણયો લેવામાં અને મહત્વના પડકારોનો સામનો કરવામાં મદદ કરે, તેના પોર્ટલ તરીકે પણ કાર્ય કરે છે.

ઈન્ટરનેટ અને ડીજીટલ ટેક્નોલોજીનો પણ આભાર કે વ્યાપારથી આગળ, સપોર્ટ ગ્રુપ્સ અને સોશીયલ નેટવર્કીંગની વૃધ્ધી થઈ છે, જે લોકોને સંબંધો ઘડવામાં અને સમસ્યાઓ તથા શ્રેષ્ઠ અભ્યાસો વહેંચવા દે છે. તેઓ ફેસબુકથી લઈને વધુ સૂચક ઓનલાઈન જૂથો સુધી છે, જે અવારનવાર તેમના અભ્યાસોને મોઢામોઢ મળવા માટેના પ્રસંગોની વ્યવસ્થા કરે છે. તેઓ વ્યક્તિઓને તેમના જુસ્સા સાથે જોડાણ કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરે છે માટે તેઓ મહાન છે. તેઓ પ્રેરણાત્મક સાબિત થાય છે અને તમને નવાં કામ કરવામાં મદદ કરે છે.

તમારા સમુદાયના નેટવર્કના સક્રિય સભ્ય બનો અને તમે કેટલાક ગણું વળતર મેળવો તે શક્ય છે. ફેસબૂક, ટ્વીટર અને બીજી સોશીયલ નેટવર્કીંગ સાઈટસ જે જોડાવાની અને તમારી વાત ફેલાવવાની જે તક પૂરી પાડે છે તેને અવગણો નહીં. તેઓ તમારા જોડાણો વિસ્તારવાની અને તમારા વતી બોલનાર ઉભા કરવાની મહાન તક આપે છે. થોડા સમયમાં તમે જોડનારાઓનું એક સોનેરી વર્તુળ બનાવી શકો - એવા લોકો જેના અભિપ્રાયો અને માહિતીઓ બન્નેમાં તમને વિશ્વાસ અને આદર છે, અને જેઓ તમને વસ્તુઓ બનતી કરવામાં મદદ કરી શકે છે.

મહત્વના સમુદાયો સાથે કડી બનાવવી તે તમને આગળ વધવામાં મદદ કરશે.

જોડાવ

એક સુસંગત સમુદાય સાથે જોડાવું અને અનુભવોની આપ-લે કરવી તે અમુલ્ય મદદ કરી શકે જ્યારે :

- મુશ્કેલ નિર્ણયો કરવા પડે તેમ હોય.
- એક ચોક્કસ પડકારને કેવી રીતે લેવો તે તમે ન જાણતા હોવ.
- કઈ દિશા લેવી તે વિશે તમે અનિશ્ચિત હોવ.

"વહેંચેલો આનંદ **બમણો આનંદ** છે; વહેંચેલું દુ:ખ **અડધું દુ:ખ** છે."

– સ્વીડીશ કહેવત.

જ્યારે તમે તમારા રસના સમુદાય સાથે સંકળાવ ત્યારે તમારી અંગત સફળતા સૂચક રીતે સુધરશે. તે તમને નીચેની બાબતોની તક આપશે :

- સમાન **મહત્વાકાંક્ષા** હોય તેવી વ્યક્તિઓ સાથે ભળો.
- એવા **અંગત સંબંધો** બાંધો જે તમારે માટે જરૂરના સમયે મહત્વના હોય.
- તમારું **ડહાપણ** વહેંચો અને માન-વિખ્યાતિ ઉભી કરો.
- એવા સંપર્કોની આપ-લે કરો જે **પરસ્પર લાભ** આપે.
- કુશળ સમર્થકો અને દૂતો સર્જો.

"**તમારી સાથે વાત કરવી** તે મને આશ્રય સ્થાન મળ્યા જેવું લાગ્યું."

– એમીલી ડીકીસન

સફળતામાંથી શીખો

સફળ લોકોને અને તેમણે કેવી રીતે તેમનાં લક્ષ્યો પ્રાપ્ત કર્યા છે તે શોધી કાઢવાને તમારી આદત બનાવો જો તમે તેમને અંગત રીતે જાણતા હોવ (પરિવાર, મિત્ર, સહકર્મી, ઉપરી) તો કદાચ તમે તેમની સાથે સીધી વાત કરી શકો, અથવા તો તમે તેમના વિશે સંશોધન કરી શકો અને વાંચી શકો. તેમની આગેવાની લેવાની શૈલી, તેમની જૂથને પ્રેરિત કરવાની ક્ષમતા, તેઓ વિપરિતતામાંથી કેવી રીતે બહાર આવ્યા અને તેમના સફળતાના માર્ગનો હીસાબ એ બધું જ પ્રેરણાત્મક મુલ્યવાન ધાતુ સાબિત થઈ શકે છે જેનો તમે તમારા પોતાના સ્વપ્ન તરફ તમને આગળ વધારવામાં ઉપયોગ કરી શકો.

તમે તેમના અનુભવોનો ઉપયોગ તમારા પોતાનાં જીવનનું માર્ગદર્શન કરવા માટે કરી શકો. તેમની કઠણાઈઓની વાતો અને તેમની માનસિક ખડતલતા તમને તમારા પડકારોનો સામનો કરવામાં કેવી રીતે મદદ કરી શકે તે વાંચો. તમે જે વાંચો તેના પર ધ્યાન આપો અને તમારી પરિસ્થિતિ સાથે સુસંગત હોય તેવા મુખ્ય ઘટકો તારવી લો, અને પછી તમે તેમાંથી કેવી રીતે શીખી શકો તે વિચારો.

તમને કોણ પ્રભિવત કરે છે તે વિશે તમે તમારા મનમાં સ્પષ્ટ છો ? તમે કોની સિધ્ધિ વિશે ઉંચો મત ધરાવો છો ? શું કોઈએ તમારા જેવું જ સ્વપ્ન સફળતાપૂર્વક સિધ્ધ કર્યું છે ? આ કટોકટીભર્યા સવાલોનો જવાબ આપવો તે તમને દ્વાર ખખડાવવા માટે સૌથી સુસંગત લોકો પસંદ કરવામાં મદદ કરશે. પછી તમે તમારી પોતાની સફળતાને ઝડપી બનાવવા માટે તેમની પધ્ધતિઓ, રીતો અને દીર્ઘદૃષ્ટિનો ઉપયોગ કરી શકો. શ્રેષ્ઠ વસ્તુ ચૂંટનારા લોકોનું જ્ઞાન તમારી પોતાની પરિસ્થિતિમાં ખૂબ જ ફાયદાકારક થઈ શકે. તેઓ તમને તમારી વર્તણુક બદલવામાં અને જે કુનેહનો તમારામાં અભાવ હોય તે ઓળખવામાં મદદ કરી શકે.

તમે જેમને સફળ ગણો છો તેમની સાથે તમારા પોતાના દેખાવ અને વલણની સરખામણી કરવી અને પછી તેમની રીતનાં પાસાંઓ અપનાવવા માટે એક ક્રિયા આયોજનનો અમલ કરવો તે ખૂબ શક્તિશાળી કાર્ય બની શકે છે.

બીજાઓ પાસેથી શીખવું

બીજા લોકોની સફળતામાંથી તમે કેવી રીતે શીખી શકો તે શીખવું :

૧. એવા લોકોની સૂચિ બનાવો જેની મનોકામના સેવો છો, જેમણે તમારી વિચારવાની રીત પર પ્રભાવ પાડ્યો છે અથવા તમને જેમની સફળતાની **સ્પર્ધા** કરવી ગમશે. એ

તમારા ઉપરી, તમારા સહકર્મી અને તમારી સંસ્થામાં ઉંચું સ્થાન ધરાવનાર અથવા એક પ્રખ્યાત વ્યક્તિ હોઈ શકે.

૨. તમારી દૃષ્ટિમાં કઈ વસ્તુ તેમને સફળ બનાવે છે તે ખૂબ જ સ્પષ્ટ પણે **નક્કી કરો** . તેને માટે તેમની ચોક્કસ વર્તણુકો, આવડતો અને વલણો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો.

૩. એવા ૧૦ સૌથી ઉચ્ચ **ગુણોની** સૂચિ બનાવો જેના વિશે તમે માનતા હોવ કે જેનો તમે તમારા વલણમાં સમાવેશ કરશો તો ફાયદાકારક થશે. તમારી સૂચિ જોઈ જાવ અને તમારી જાતને ૧-૧૦ ગુણ આપો. તમે કેવી રીતે સરખાવો છો ?

૪. એવા પ્રદેશો જ્યાં **સુધારાઓ** જરૂરી છે તેમ તમે વિચારતા હોવ તેને હાઈલાઈટ કરો. શરૂઆતમાં, કામ કરવા માટે પાંચ વસ્તુઓ પસંદ કરો અને દર મહીને તેમની અસર જોઈ જાવ.

“એવી વ્યક્તિ શોધી કાઢો જેમની **પશ્ચદૃષ્ટિ** તમારી **દીર્ઘદૃષ્ટિ** બની શકે.”

– મહાત્મા ગાંધી

2.6

તમારા વિચારોનું નિરીક્ષણ કરો

તમારી જાતને સફળતાપૂર્વક તમારા સ્વપ્નને આગળ ધપાવવાની પરિસ્થિતિમાં લાવવા માટે અને તમને આગળ લઈ જવા માટે માનસિક મજબૂતી ઘડવા માટે તમારી માનસિકતાને હકારાત્મક વિચારો તરફ લઈ જવી તે મુખ્ય ભાગ છે. આપણે જે પરિસ્થિતિનો સામનો કરતા હોઈએ તેના પ્રત્યાઘાતમાં આપણે આખો દિવસ આપણી પોતાની સાથે પુષ્કળ વાર્તાલાપ કરતા હોઈએ છીએ. તેમને હકારાત્મક રાખવાની તમારા મૂડના ઉતાર ચઢાવને સપાટ કરી નાખતી અસર થશે. કારણકે તમે જે રીતે પરિસ્થિતિને સંભાળશો તે તમારા વિચારો અને મૂડ વડે સીધી અસર પામેલા હશે, આ વલણ વધુ હકારાત્મક પરિણામોમાં પરિણમશે.

તમે સામનો કરો છો તે દરેક પડકાર અને તમે જેને જીતવા માંગો છો તે દરેક અવરોધ સાથે, સંઘર્ષના નકારાત્મક પાસાં પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા કરતાં હકારાત્મક વિચારોને લઈ જવા તે મહત્વનું છે. કેટલીક વખત તમારાં મનને સમસ્યાઓ પર કેન્દ્રિત થવા દેવું સરળ હોય છે. કારણ કે તમે તમારા મનમાં તે અનુભવ ફરી જીવતા હોવ છો, એટલે કે સંઘર્ષ એટલો લંબાયેલો હોઈ શકે જે વ્યગ્રતામાં પરિણમે. આ પરિસ્થિતિઓમાંથી શીખવું તે અગત્યનું છે, પરંતુ હકારાત્મક પરિણામને બદલે એ લડાઈ પર વધારે પડતું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું તે તમને પાછા પાડી શકે છે. નિષ્ફળતા અથવા અનુભવોના સતત સમયગાળા કે જે નામોશી, ગુસ્સો, નિરાશા, ડર, પીડા અથવા ઈજામાં પરિણમ્યા હોય તે નકારાત્મક આંતરિક ચર્ચાની આખી શ્રેણીને ગતિ આપી શકે જે તમારાં સ્વપ્નને સિધ્ધ કરવામાં ભાંગફોડ કરી શકે.

સફળતા માટે તમારી શરતોના ભાગ તરીકે, તમે તમારી જાત સાથેના તમારા વાર્તાલાપને સાવધાનીપૂર્વક સાંભળો અને નિયંત્રિત કરો તે અતિઆવશ્યક છે કારણ કે તેમની તમારી ક્રિયા પર ખૂબ જ શક્તિશાળી અસર પડી શકે છે. તમારા વિચારો અને આંતરિક વાટાઘાટોને હકારાત્મકતા પર કેન્દ્રિત કરવા તે તમે જીવનમાં જે મેળવવા ઈચ્છો છો તેમાં મદદ કરનાર ઉદ્દીપક તરીકે કામ કરી શકે.

“**આપણે એ છીએ જે આપણે વિચારી છીએ** . આપણે જે કાંઈ પણ છીએ તે આપણા વિચારો સાથે પ્રગટ થાય છે. આપણા વિચારો વડે, આપણે દુનિયા બનાવીએ છીએ.”

– બુધ્ધ

તમારા હકારાત્મક વિચારો પર ભાર આપો.

તમારા નકારાત્મક વિચારો, જે તમારા અંગત વિકાસને અટકાવી શકે અને તમારા સ્વપ્ન તરફની પ્રગતિને ધીમી પાડી શકે, તેમને દૂર કરવાની ખાતરી માટે તમારા રોજીંદા નિત્યક્રમમાં ઘડવા જેવાં કેટલાંક સાદાં પગલાં અહીં આપ્યાં છે :

૧. દરરોજ સવારે આગલા દિવસથી તમારા મનમાં રહેલા નકારાત્મક વિચારો અને યાદોમાંથી તમારા મનને સ્વચ્છ કરવા માટે પાંચ મિનિટ લો. તમારી જાતને કહો કે આજ **વધુ સારી** હશે - તે તમને સારી શરૂઆત આપશે.

૨. તમે તમારી જાતને શું કહો છે તે વિશે સતત અને સભાનપણે **જાગૃત રહો** .

૩. તમે જોવો છો તે દરેક વસ્તુને સાચી અથવા ખોટી હોવા વિશે નક્કી કર્યા કરવાનું છોડી દો, તે જેમ છે તેમ તેને **સ્વીકારો** - આમ કરવાથી તમે ભાવનાત્મક ઉર્જા ઘણી ઓછી વાપરો છો.

૪. "હું ન કરી શકું" તેવા નકારાત્મક વિચારોને દૂર **કરીને તેના** સ્થાને "હું કરી શકું" અથવા "હું કરીશ" જેવા વિચારો મૂકીને સફળતા માટેના માનસિક અવરોધો દૂર કરો.

"નવા દિવસ સાથે નવી **શક્તિ** અને નવા **વિચારો** આવે છે."

– એલીનોર રુઝવેલ્ટ

2.7

નિષ્ફળતા અને અસ્વીકાર સંભાળવા

તમારાં સ્વપ્ન તરફની યાત્રામાં જ્યારે બધું તમારાં આયોજન મુજબ ન ચાલે જે તમારી માનસિકતા ને મજબૂત કરવામાં, તમારા નકારાત્મક વિચારો ઘટાડવામાં મદદ ન કરે અને તમારો આત્મવિશ્વાસ અટકાવે અને પીડામાંથી દૂર લઈ જાય તેવા કઠીન સમયને કેવી રીતે સંભાળી લેવો તે શીખો.

તમારી આગળ ગયેલા બીજા ઘણા સફળ માણસોની જેમ, જ્યારે તમે તમારા જુસ્સાને અનુસરવાનું શરૂ કરો ત્યારે શરૂઆતથી જ સ્વીકારવું જોઈએ કે અંતિમ સિધ્ધીના માર્ગમાં અસ્વીકાર અને નિષ્ફળતા દેખાવાનાં જ છે. થોડાક દિવસો તમને અનિવાર્યપણે લાગશે કે તમારાં સ્વપ્નને છૂટા કરવામાં જતી ઉર્જાનું પ્રમાણ સફળતા કરતાં લગભગ ઉધું છે.

વ્યાપારની દુનિયાના ઉદ્યોગ સાહસિકો ગ્રાહકો તરફથી સતત અસ્વીકાર વિશે નિયમિત વાત કરે છે. એક મહત્ત્વાકાંક્ષી નવા સ્નાતકને ધ્યાનમાં લો જે અસંખ્ય નોકરીદાતાઓને "આભાર, પરંતુ જગ્યા નથી."ના સતત ફીડબેક સાથે તેમના CV મોકલે છે. સીનેમા અને રંગમંચની દુનિયાએ ઘણા વૈશ્વિક હીરોને શબ્દસ: સેંકડો નિષ્ફળ ઓડીશનોમાંથી ઉભરતા જોયા છે.

અસ્વીકારને આપણા જીવનમાં હંગામી આઘાત તરીકે જોવા જોઈએ. તમારે એક નકારાત્મક પરિણામથી હ્રદયભંગ થવાનું ટાળવું જોઈએ અને તેને એક શીખવાના અનુભવ તરીકે જોવું

જોઈએ - એવી વસ્તુ જેમાંથી તમે કંઈક લઈ શકો અને બીજા સાથે વહેંચી શકો.

તમારી જાત સાથે ચીડાવું અને તમારા દેખાવ વિશે વધારે પડતા ટીકાખોર બનવું સ્વાભાવિક છે. તમારા પ્રિય રમતવીર જ્યારે બીજી વખત થોડા નબળો દેખાવ કરે ત્યારે તેમને નિહાળો. તમે તે તેમના આખા ચહેરા પર લખાયેલું જોઈ શકશો, અથવા તેમને પોતાની જાત સાથે ખૂબ બબડાટ કરતા જોશો. તેમને માટે, અસ્વીકાર તથા નિષ્ફળતા જાગૃત કરવા એલાર્મ તરીકે કામ કરે છે, જે તેમને પછીને વખતે વધુ ઉંચાઈ તરફ ધકેલે છે. નકારાત્મક પરિસ્થિતિઓનો હકારાત્મક અસર, સુધરવા માટેની પ્રેરણા તરીકે ઉપયોગ કરો.

"**નિષ્ફળતામાંથી** જો આપણે **શીખીએ** તો તે **સફળતા છે** ."

– માલ્કમ એસ. ફોર્બ

અસ્વીકાર સાથે મેળ પાડવા માટે તથા નકારાત્મક અનુભવને હકારાત્મક બળમાં બદલવા માટે તમે સાદાં પગલાં લઈ શકો :

- **શા માટે તે પૂછો** - તમે શા માટે અસ્વીકારાયા અથવા નિષ્ફળ રહ્યા તેનો તમે **ફીડબેક** માગો તે અતિઆવશ્યક છે. કારણ ગમે તે હોય તમારે તે અનુભવ પરથી શીખવું જોઈએ અને સલાહ લેવી જોઈએ જે તમને પછીના વખતે મદદ કરશે. સામાન્ય રીતે લોકો રચનાત્મક ટીકા આપવા માટે વધારે પડતા ખૂશ હોય છે. તમે શા માટે નિષ્ફળ રહ્યા તે શોધી કાઢવું તે ઘણીવાર તમે કેવી રીતે વિજય મેળવ્યો તેના કરતાં વધુ ઉપયોગી હોય છે.

- **તેને અંગત રીતે ન લો** - અસ્વીકાર ઘણી વખત માત્ર એ હકીકતમાંથી આવે છે કે હજી તમારે સફળ થવાનો સમય નથી આવ્યો હોતો. પોતાની દયા ખાવાની મોજ માણવાનું ટાળો અને માત્ર **પરિણામની કદર કરો** . ગર્વના મુદ્દાને ટાળો કારણ કે તે માત્ર નકારાત્મક વિચારોને બહેકાવશે.

- **અલ્પકાલીનતા** - આવતીકાલે તમારું ભવિષ્ય કેટલું મહત્વનું હશે ? તે ક્યારેય દેખાય છે તેટલું ખરાબ નથી હોતું. માત્ર તમારી જાતને એટલું પૂછો કે ૧૦૦ વર્ષના ગાળામાં તે કેટલો ફરક પાડશે ? આગળ વધો.

- **એક ડગલું જીતની વધુ નજીક** - કેટલાક લોકો કહેશે કે એક "હા" મળતાં પહેલાં નવ "ના" મળે છે. યાદ રાખો, દરેક અસ્વીકાર તમને **સ્વીકાર** ની એક ડગલું વધુ નજીક લાવે

છે.

- **પાછળનું વિચારો** - તમારે તમારા હેતુ અને સ્વપ્ન પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ. તમે તે શા માટે કરો છો તે જાણો છો, માટે કરવાનું ચાલુ રાખો. આ તમને હાથ પરનાં કામ તરફ પાછા લઈ જવા માટે જરૂરી **પ્રેરણા** પૂરી પાડશે.
- **ક્રિયા આયોજન** - તમારે જેમાં વધુ સારું કરવાની જરૂર છે તેવી બાબતોની સૂચિ બનાવો. તમે જે કરો છો અને જેવી રીતે કરો છો તેના તરફ લાગણીવશ થયા વગર જોવો. શું **સુધારી** શકાય તેના વિશે વિચારો અને પછી તમને આગળ લઈ જવા માટેનું ક્રિયા આયોજન ઘડો.

2.8

ઉત્સાહિત કરનાર શોધો

તમારી સફળતા માટેની શોધમાં તમને બે પ્રકારનાં માણસોનાં જૂથ મળશે - એક, ઉત્સાહિત કરનાર, જે પ્રેરણા પૂરી પાડશે; બીજું સૂરંગ ચાંપનારોનું જે તમારી ઉર્જા નિતારી લેશે અને તમને તમારા હોવા પર પ્રશ્ન કરતા કરી દેશે.

એ અતિઆવશ્યક છે કે તમારી સફળતા માટેની આકાંક્ષા વિશે માત્ર એવા લોકો સાથે જ વાતચિત કરવી જેમને તમારી સફળતામાં પ્રમાણિકપણે હ્રદયસ્પર્શી રસ હોય. તમારા અંગત નેટવર્કનો સૂચક ભાગ આવા ઉર્જા રેડનારાઓનો બનેલો હોવો જોઈએ. જ્યારે તેઓ પોતાના દૃષ્ટિબિંદુમાં હકારાત્મક હોય ત્યારે તેઓ વ્યવહારુ પણ હોય છે અને પરિસ્થિતિઓને તથા તકોને નિષ્ઠૂર નિખાલસતાથી જોઈ શકે છે. તેઓ તેને કેવી રીતે જોવે છે તે તમને કહેશે. જોકે, આ આદાન- પ્રદાન ખૂલ્લા દિલ અને આદર સાથે કરાશે, માટે આવી વ્યક્તિઓ સાથે જોડાવ તેની ખાતરી રાખો.

ઉર્જા રેડનારાઓ એવા માનસિક ઉત્તેજક હોય છે જેની સફળ માણસોને તેમને આગળ વધતા રાખવા માટે જરૂર છે. તેઓ તમને કઠીન સમયમાં મદદ કરવા માટે અમુલ્ય ટેકો પૂરો પાડશે. બીજી તરફ ઉર્જા તોડી નાખનારાઓ તમારી આંતરિક પ્રેરણા અને સ્વપ્નોને નષ્ટ કરી નાખશે.

તમારે માત્ર ઉર્જા પેદા કરનારાઓ સાથે જોડાવું જ ન જોઈએ, પરંતુ તમારે પોતે પણ તેવા બનવું જોઈએ, કારણ કે વખત આવ્યે, તમે બીજા લોકોને આકર્ષશો. આ ચુંબકીય અસર સમાન રીતે વિચારનારા લોકોનું એક જૂથ બનાવવા લાગે છે. પૂરતી આવશ્યક સંખ્યા સાથે,

આ વ્યક્તિઓ સમાજ, અર્થતંત્ર કલા અને રાજનીતિમાં મોટા બદલાવ માટેના ઉદ્દિપક બની જાય છે.
ઉદાહરણ તરીકે, પેરીસમાં થેયલી "ઇમ્પ્રેસનીસ્ટ મુવમેન્ટ" જે ૧૮૦૦ની શરૂઆતમાં થઈ હતી અને ૧૯૫૦માં થયેલી "મોટોન રેકોર્ડ લાબેલ" બન્ને આવાં ઉર્જા પેદા કરનારા જુથો વડે થઈ હતી - કશુંક મોટું કરવાના જુસ્સા સાથેના ખંતીલા લોકો. ઉર્જા રેડનારાઓ એક બીજામાં તણખો પેદા કરે છે, તેઓ ચર્ચા કરે છે અને ઉત્સાહ આપે છે. તેઓ નવો ચીલો પાડનારા અને નવસર્જકો હોય છે, જેઓ નવી શક્યતાઓ વિકસાવે છે જે સખત વિચારો આપે છે.
ઉર્જા રેડનારાઓ દુનિયા બદલી શકે છે, તમે તેમના વડે ઘેરાયેલા હો તેવું ધ્યાન રાખો !

ઉર્જા પેદા કરનાર અને ઉર્જા તોડનાર

આ બન્ને પ્રકારનાં લોકોનાં જુથની મુખ્ય લાક્ષણિકતાઓ જાણવી મહત્વની છે. કારણ કે તેઓનો તમારી સફળતા પર મુખ્ય પ્રભાવ હોઈ શકે :

ઉર્જા પેદા કરનારાઓ

- જીવનને એક મોટી **તક** તરીકે જોવે છે
- તેઓ પ્રેરિત વ્યક્તિઓ હોય છે જેઓ મહત્વાકાંક્ષી લક્ષ્યો નક્કી કરે છે અને પછીની મોટી વસ્તુઓની શોધ કરે છે.
- વિચારોની સ્પષ્ટતા પર ચણાયેલ હકારાત્મક દૃષ્ટિબિંદુ ધરાવતા હોય છે અને એક તફાવત ઉભો કરવાની આકાંક્ષા હોય છે.
- તેઓ હૂંફાળા, **આવકાર આપનારા** હોય છે અને અભિપ્રાય બાંધવાથી દૂર રહે છે.
- સારું કરવાની ભાવનાથી હકારાત્મક વાતાવરણ પેદા કરે છે.
- વિચારી ન શકાય તેવી બાબતને **વાસ્તવિકતા** બનાવી શકે છે.

ઉર્જા તોડનારાઓ

- જીવનને એક મોટી સમસ્યા તરીકે જોવે છે.
- વ્યક્તિગત સ્પષ્ટતાની કોઈ લાગણી હોતી નથી.
- ઝડપથી અભિપ્રાય બાંધે છે.

- બીજા લોકોની સફળતાની ઈર્ષ્યા કરે છે અને ભાંગફોડીયા થઈ શકે છે.
- મહત્વાકાંક્ષી લોકોની આકાંક્ષાઓ અને પ્રેરણાઓને દબાવી દઈ શકે છે.
- તેમની નકારાત્મકતા દ્વારા બીનતંદુરસ્ત વાતાવરણ સર્જે છે.

"તેઓ **ઉત્સાહથી** ફાટી પડતા હોય, કે પછી શાંતિથી ખદબદતા હોય, જ્યારે તમે ઉત્સાહી લોકોની હાજરીમાં હોવ, ત્યારે તમે તમારા જીવન વિશે વધુ ખૂશ અને ઉત્તેજીત હોવાનું અને કદાચ **પ્રેરિત** હોવાનું પણ અનુભવો છો."

– મારી માર્કડાન્ટ

2.9

તમે રાખી શકો તે વસ્તુઓ પર નિયંત્રણ રાખો

સફળ થવા પરની તમારી કેન્દ્રિતતા એટલી મજબૂત હોવી જોઈએ કે તમે એ બધી વસ્તુઓ પર પ્રભાવ અથવા નિયંત્રણ કરવા ઈચ્છો જેની તેના પર અસર હોઈ શકે. સામાન્ય રીતે, પરિણામે તમારું ભાગ્ય મોટેભાગે તમારા વિચારો, ક્રિયાઓ અને વર્તણુકો વડે દોરવાયેલું હોય છે. જોકે, હંમેશાં એવાં બાહ્ય પરીબળો પણ હશે જ જેને તમે નિયંત્રિત ન કરી શકો, જેની તમારી મહત્વકાંક્ષા પર અસર હોઈ શકે. આ પરીબળો પર્યાવરણીય પરીબળોથી લઈને રાજકીય તથા સામાજીક પરીબળો તેમજ બીજા લોકોની વર્તણુક અને ક્રિયાઓ સુધી જુદાં જુદાં હોઈ શકે.

જોકે, સફળતા જે પરીબળો તમે કાબૂ કરવાની વ્યવસ્થા કરી શકો છો તેમાંથી આવે છે, નથી કરી શકતા તેમાંથી નહીં. આ સિધ્ધાંત અપનાવવો તે તમને જેની સાથે કામ કરવું જરૂરી છે તેવા દબાણકર્તા પ્રશ્નો પર આગળ વધવા પ્રેરિત કરે છે. તમારા પ્રભાવનાં વર્તુળની બહારનાં પરીબળો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું તે બીનજરૂરી તણાવ સર્જી શકે અને તમારી ક્રિયાઓની અસરકારકતા ઘટાડી શકે છે.

જેના પર તમારો જરાપણ પ્રભાવ નથી તેવી વસ્તુઓ વિશે ચિંતા કરવી તે એક જોખમી ખ્યાલ થઈ શકે છે કારણ કે તે તમને તમારા લક્ષ્યની નજદીક તો નહીં જ લઈ જાય અને

આમ કરવામાં તમે જે સમય સમર્પિત કરો છો તે માત્ર અમુલ્ય સમયનો વ્યય હશે. વધુમાં, તમે જેને બદલી શકો તેમ નથી તેવાં કાર્યમાં રાચવા સાથે જોડાયેલ કાર્યની ભયાનકતા વડે તમારી માનસિક શક્તિ ઉખડી જશે. પરિસ્થિતિ ઉભી થાય ત્યારે અણધારી બાબતો સાથે કામ કરવા માટે તૈયાર હોવું અને તમે જેના પર નિયંત્રણ કરી શકો છો તેના પર જ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું તે આગળ વધવાનો એક માત્ર માર્ગ છે.

નિયંત્રિત થઈ શકે તેને નિયંત્રણમાં રાખવાની કળામાં જ્યારે તમે નિષ્ણાત થઈ જાવ ત્યારે તમે તમારી બધી જ પ્રાપ્ય ઉર્જાને સફળતા તરફ વાળતા હશો અને પ્રવૃત્તિ અને વિચાર વચ્ચે વધુ સારું સમતુલન પ્રાપ્ત કરશો.

તમારા પ્રભાવનું કાર્યક્ષેત્ર જાણો

તમારા નિયંત્રણની બહાર હોય તેવાં પરીબળો પાછળ સમયનો વ્યય ન કરો. તેને બદલે, તમે કરી શકો તેવી ૧૦ બાબતો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો :

૧. **વલણ** - તમે તમારાં સ્વપ્નોને સાચાં પાડી શકો તેવું માનો.

૨. **શીખવું અને જ્ઞાન** - જો તમે સફળ થવા માગતા હો તો તમારે શીખવું જોઈએ અને જ્ઞાન એકઠું કરવું જોઈએ.

૩. **મિત્રો** - જેમની સાથે તમે સમય પસાર કરો છો અને જેમની સાથે તમે તમારા વિચારો વહેંચો છો.

૪. **પ્રેરણા** - અદૃશ્ય બળ જે અંદરથી આવે છે.

૫. **સમય** - તમે તમારો સમય કેવી રીતે પસાર કરો છો; કોણ, કોની સાથે અને શેના પર

૬. **ક્ષમતાઓ** - તમે બીજા લોકોને શું પૂરું પાડો છો અને તમે તેને કેટલી અસરકારકતાથી આપો છો.

૭. **નાણાંકીય બાબતો** - તમે શું ખર્ચો છો અને તમારા સ્ત્રોતો

૮. **લોકો સાથે અન્યોન્ય ક્રિયા** - હંમેશાં આદર,પ્રમાણિકતા અને સંપૂર્ણતા સાથે

૯. **વાતાવરણ પર અસર** - ટકી શકવાની ક્ષમતાના પ્રશ્નો વિશે જાગૃત હોવું અને તમે તમારી આસપાસની પરિસ્થિતિને કેવી રીતે લો છો તેના પર.

૧૦. **પ્રતિષ્ઠા** - તમે શેને ટેકો આપો છો અને તમારી અંગત અસરકારકતા

“તમે હંમેશાં પવનને કાબુમાં ન રાખી શકો, પરંતુ તમે તમારા સઢ પર **નિયંત્રણ** રાખી શકો.”

– એન્થની રોબીન્સ

2.10

સફળતા ઉજવો

સફળતા તરફનો માર્ગ, જે લાંબો અને કઠીન હોઈ શકે છે, ત્યાં માર્ગમાં આવતી મહત્વની સિધ્ધીઓની ઉજવણી કરવી તે જીત માટે થયેલા પ્રયત્નોમાંથી ભાવનાત્મક અને માનસિક બન્ને પ્રકારો વિરામ પૂરો પાડે છે. એક પાર્ટીનું આયોજન કરીને અથવા તમારા કઠીન પરિશ્રમની યાદમાં તમને પોતાને અને તમારાં જુથને કોઈક બીજા પ્રકારનો બદલો આપીને દબાણમાંથી મૂક્તિ આપવી તે ચોક્કસપણે રોચક અને પ્રોત્સાહક બની શકે.

તમારે લાંબાગાળાના ટકાઉ, અંગત અને વ્યાવસાયિક વિકાસનું તત્વ ઘડીને તમારા બદલા-વળતરમાંથી વધુ મેળવવાનો પણ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. ઉદાહરણ તરીકે, જો તમે તમારી જાતને એક ટૂંકા વિરામ વડે બદલો આપો, તો તમે શું સિધ્ધ કર્યું છે અને તમે શા માટે સફળ થયા તેના પર ઉંડો પ્રકાશ પાડવા માટે થોડો સમય કાઢશો. તેવી જ રીતે, જો તમારી પાછળ એક જુથ હોય, તો તેમને પણ કામનાં વાતાવરણથી દૂર લઈ જવા તે વધુ ઉત્પાદક બનશે, જેથી તેઓ વિશ્રાંત થઈ શકે અને સાથે મળીને મજા માણી શકે. તે સંધાનને પ્રોત્સાહન આપે છે અને છેલ્લામાં છેલ્લી સફળતા પાછળનાં કારણોનું વિશ્લેષણ કરતી વખતે તમે કેટલીક જુથઘડતરની ક્રિયાઓ પણ દાખલ કરી શકો.

આ રીતે, ઉજવણી એ ચાલુ રહેતા સુધારા માટેની સમર્પિતતાનો એક ભાગ બની જાય છે. સફળતાની યાત્રાનાં વિશ્લેષણમાંથી આવેલી દૃષ્ટિ ખૂબ જ પ્રેરણાત્મક સાબિત થઈ શકે છે. તે આત્મવિશ્વાસ ઘડવા માટે પણ અદ્‌ભૂત કાર્ય કરી શકે છે. આવી ઉજવણીઓ જે ઉત્સાહમાં વધારો લાવે છે તે વધુ મોટાં લક્ષ્યો કે જે તમને તમારી હદ સુધી લાંબા કરી શકે છે, તેને ગોઠવવામાં ફાળો આપતું પરિબળ બની શકે. સફળતા મોટેભાગે વ્યસન થઈ જાય છે - એક વખત જે લોકો તેનો સ્વાદ ચાખે તે હંમેશાં વધારે ઈચ્છે છે.

ઉજવણીને પછીનું લક્ષ્ય મુકવા માટેના મંચ તરીકે જોવી તે એક ડહાપણ ભર્યું પગલું છે, જોકે તેને વધારે પડતું લંબાવવાનું ટાળવું જોઈએ કારણ કે તો તમે વધુ પડતી મોજમજાના પ્રદેશમાં ચાલ્યા જાવ છો. તમે જે પ્રાપ્ત કર્યું છે તેમાં વધુ પડતું રાચવાનું ટાળવું જોઈએ.

વિજયની ઉજવણીની યાદ પણ જ્યારે તમે લક્ષ્યમાં સહેજ ટૂંકા પડો ત્યારે અસરકારક મારણનું કામ પણ કરે છે. કઠીન સમય દરમ્યાન, સફળતા કેવી સારી લાગતી હતી તેના પર તમારા મનને પાછું લઈ જવું તે તમને પ્રેરિત રાખવામાં મદદ કરશે.

ઉજવણીની પ્રક્રિયા તમને એ ટેકારૂપ મુદ્દાઓ સ્પષ્ટપણે નક્કી કરવામાં મદદ કરશે જે સફળતા લાવ્યા, જેમકે :

- તાલીમ પધ્ધતિ, જે સફળતા તરફ દોરી ગઈ
- ચિત્રના એક બીજામાં ગોઠવાતાં ચોક્ઠાં, જે પરિણામ લાવ્યાં
- શું ખરેખર સારું થયું, અને શેને સુધારી શકાયું હોત અથવા અલગ રીતે કરી શકાયું હોત.
- ભવિષ્ય માટે શીખવું.

“તમે તમારા જીવનને જેટલું વધારે **વખાણો** અને ઉજવો, તેટલું **જીવનમાં ઉજવણી કરવાનું** વધું ગમે.”

– ઓપ્રા વીનફ્રે

તમારી સફળતામાં વધુ પડતી મોજ માણવાથી ચેતો, તે નીચેની બાબતો તરફ દોરી જઈ શકે છે :

- આત્મસંતોષ અને સ્પર્ધાની અવગણના
- સફળતા સાથે સંકળાયેલ આનંદને કારણે આગળ વધવાની અક્ષમતા
- મગરૂરી અને અજેયતાની લાગણી

ઉજવણી પછી વિજય આવવો જોઈએ, અને તમને નીચેના પ્રશ્નો થવા જોઈએ :

- હવે પછી શું ?
- હું હજી વધારે આગળ કેવી રીતે જઈ શકું ?
- જે પ્રાપ્ત થયું છે તેના પર હું કેવી રીતે ચણતર કરી શકું ?
- એક પગલું આગળ રહેવા માટે શું મારે વસ્તુઓ જુદી રીતે કરવાનું વિચારવું જોઈએ ?

પહેલ, **કાર્યશક્તિ** અને
પ્રતિષ્ઠા, પરિપૂર્ણતા, **સ્વ-
માન્યતા** અને **જુસ્સો,**
નિયંત્રણ, **અગ્રતાઓ,**
દેખાવ, પસંદગીઓ

ત્રીજું કદમ
નિયંત્રણ કરી લો 3

સ્પષ્ટતાપૂર્વક તમારું સ્વપ્ન નક્કી કરી લીધું હોય અને તમારી જાતને તમારાં ધ્યેય માટે માનસિક રીતે તૈયાર કરી લીધી હોય ત્યારે તમે સિતારાઓની શોધમાં તુટી પડો તે પહેલાં વધુ આગળ લેવાનું એક પગલું છે. તમારે એ સ્વીકારવાની જરૂર છે કે, આખરે તો તમે સફળ થાવ છો કે નિષ્ફળ તે તમારા પર છે, અને કે તમે તમારી તરસ પાછળના મુખ્ય ચાલક બળ હશો.

એનો અર્થ એમ કે ટોળું તમારી સાથે જ અટકી જશે, અને કે તમારી જાતને પરિપૂર્ણતા તરફ હંકારી જવાની સંપૂર્ણ જવાબદારી લેવા માટે તમારે તૈયાર હોવું જરૂરી છે. ચોક્કસ, એવા મહત્વના લોકો હશે જ જેઓ તમને તમે જ્યાં હોવા ઈચ્છો છો ત્યાં લઈ જવામાં મદદ કરે, પરંતુ તેમને પસંદ કરવા, પ્રેરવા તથા પ્રેરણા આપવી તે તમારા પર છે. જોકે, નિ:શંકપણે માર્ગમાં તમે તજજ્ઞની સલાહ તથા માર્ગદર્શન મેળવશો જ, તો પણ મુખ્ય નિર્ણયો તમારા પર હશે અને તમારે સતત પણે પહેલ કરવાની તથા મોરચા પરથી આગેવાની લેવી જરૂરી છે. માટે તમારામાં હવાલો લેવા માટે તથા મહાન નેતા બનવા માટેનો નિર્ધાર, સમર્પિતતા અને આત્મવિશ્વાસ હોય તે અતિ આવશ્યક છે.

આ પ્રકરણ આ જીતાવની માનસિકતા સર્જવા માટે તમારે ધ્યાનમાં લેવાં જરૂરી પરીબળો દર્શાવે છે, જેથી તમે માત્ર આગળ રહેલા પડકારોને પહોંચી વળવા માટે જ તૈયાર ન હોવ, પરંતુ તમારા પોતાના ભાગ્ય પર નિયંત્રણ કરવા માટે તથા સફળતા તરફના તમારા માર્ગને દોરવા માટે સંપૂર્ણ જવાબદારી લેવા માટે તૈયાર હો.

3.1

અનુભવમાંથી શીખવું

સફળતાની પ્રવૃત્તિ એ એક ઉત્તેજક, નવા અનુભવો તથા શક્યતાઓથી ભરેલી યાત્રા છે. ભલે તમે માર્ગમાં બીજા લોકોની મદદ લો તેવી શક્યતા છે, છતાં, તમારા સ્વપ્નને પરિપૂર્ણ કરવા તરફનું અંતિમ બળ તમે પોતે છો. એ તમે છો જે તે વસ્તુ બનતી કરશે અને તમારા

જુસ્સાને અનુસરવા માટે સક્રિય રીતે ઝંખવાની પ્રક્રિયા પોતે જ એક શીખવા જેવો અનુભવ હશે.

હકીકતમાં, આ જાણકરી તમારા અંગત અને વ્યાવસાયિક વિકાસમાં મુખ્ય ભૂમિકા ભજવશે. તેથી, તમારી જીતને ખૂલ્લી અને ગ્રહણશીલ બનાવવી અતિ આવશ્યક છે. આમાંનું મોટાભાગનું તમે જે પડકારોનો સામનો કરશો તે તમે કેવી રીતે સંભાળો છો તથા કેવી પ્રતિક્રિયા આપો છો તેના દ્વારા તમારી જાતને શોધવાનું હશે. આ શોધની યાત્રા તમારી ખરી જાતને ખૂલ્લી પાડશે અને તમારાં સ્વપ્નને વધુ સ્પષ્ટતાપૂર્વક નક્કી કરવામાં મદદ કરશે.

ભલે, તમારે તમારી મહત્વાકાંક્ષા પાછળના ચાલકબળ બનવું જરૂરી છે, છતાં વસ્તુઓ બનતી કરવી તે માત્ર તીવ્ર પ્રવૃત્તિની વાત નથી. તમારે તમે જે કર્યું છે તેના પર ચિંતન કરવા માટે, તે શું કામ કરે છે અને શું નહીં તે સ્પષ્ટતાપૂર્વક આકારવા માટે સમય કાઢવો જરૂરી છે. ઉદાહરણ તરીકે જ્યારે વિપરિતતાનો સામનો થાય ત્યારે શું તમે હાર સ્વીકારી લેવાને બદલે પડકારો સામે જાવ છો, તેમને સ્વીકારો છો અને પછી ફરી આગળ વધો છો ?

જ્યારે તમે નોકરી ગુમાવવી, અસફળ વ્યાપાર અથવા ખરાબ આરોગ્ય જેવી મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં આવી જાવ ત્યારે તમારી સાચી શક્તિ, નબળાઈઓ અને મર્યાદાઓ સ્પષ્ટપણે જોઈ શકાય છે. આ જીવનની એ ઘટનાઓ છે જે તમે કોણ છો, તમે શું માનો છો અને તમારે માટે શું મહત્વનું છે તે બતાવે છે. તમારે તમારી માનસિકતાને આ પડકારો સાથે સહયોગ કરવા માટે તૈયારીનાં ચોકઠામાં ઢાળવી જોઈએ. જ્યારે વિપરિતતા ત્રાટકે છે ત્યારે સફળ લોકો પોતાનું ધ્યાન ફરી કેન્દ્રિત કરે છે અને ઉર્જાનાં ઉચ્ચ સ્તરો સાથે આગળ વધે છે. પ્રવૃત્તિ ક્યારેય અટકતી નથી.

શીખવા જેવા મુલ્યવાન અનુભવો અને અંગત શોધ તમારી લક્ષ્ય આપવા તરફ કેન્દ્રિત થયેલ પ્રવૃત્તિઓના સતત પ્રવાહમાંથી આવે છે - કેટલીક તીવ્ર, કેટલીક ઓછી તીવ્ર. કબજો લઈને અને વસ્તુઓ બનતી કરીને, તમે તમારા ભાગ્યને નિયંત્રણમાં રાખશો.

વિપરિતતામાંથી ડહાપણ આવે છે.

તમારું જીવન ઉતાર ચડાવથી ભરેલું હશે. આ એક હકીકત છે ! તમારી જાતને કહ્યા કરો કે તમે જે પડકારો અને અવરોધોનો સામનો કરો છો તે માત્ર વસ્તુઓ કેવી રીતે ન કરવી તે દર્શાવનાર છે.

હંમેશાં :

- તમે પરિસ્થિતિ સાથે કેવી રીતે વ્યવહાર કર્યો તે વિચારો.
- તમે ખરાબ અને સારા બન્ને પ્રકારના - લોકો સાથે કેવી રીતે વર્ત્યા હતા તેના વિશે વિચારો.
- એવી રીતો શોધો જેમાં શું સારું થયું અને શું નહીં.
- એવી વસ્તુઓમાં ન રાચો જે ક્યારેય બની ન હોય.

“માત્ર વિક્ષિપ્ત ચિત્તવાળા જ **ટકે છે.** ”

– એન્થની એસ. ગ્રોવ

તમારે એક રોજનીશી અથવા ઘટનાઓની નોંધ રાખવાનું ધ્યેય રાખવું જોઈએ. આમ કરીને તમારે તમારા અનુભવોની લેખિત નોંધ રાખવી જોઈએ - એ બધા જેના પર શાંત પળોમાં તમે પ્રકાશ ફેંકી શકો.

“એક ક્ષણની **સ્પષ્ટ સૂઝ** એ ક્યારેક એક જીવનના અનુભવ બરાબર હોય છે.”

– ઓલીવર વેન્ડેલ હોમ્સ .

3.2

પ્રતિષ્ઠા ઘડવી

તમે સફળતા માટે મથો છો એટલે, તમારે તમારા વ્યવસાય, પ્રતિભા અથવા તમારી તજજ્ઞતાનાં ક્ષેત્રમાં ચડીયાતા બનવું જ જોઈએ. આને કાર્યકારી નિપુણતા- માન્યતા પ્રાપ્ત ફાળો આપનાર હોવાનો અભ્યાસ અથવા પ્રવૃત્તિના તમારા પસંદગીના કાર્યક્ષેત્રમાં તજજ્ઞતા કહેવાય છે. તે તમને એક મજબૂત અંગત પ્રતિષ્ઠા ઘડવામાં તેમજ વિશ્વસનીયતા ઘડવામાં મદદ કરશે, જે બન્ને સફળતાના આસપાસનાં આવશ્યક ઘટકો છે. જ્યારે તમે કાર્યકારી

નિપુણતાની ઉચ્ચ શ્રેણીઓ પ્રદર્શિત કરો ત્યારે બીજા લોકો તમારા અભિપ્રાય ને માન આપશે તથા તેનું મુલ્ય કરશે અને તમારા નિર્ણય પર વિશ્વાસ મુકશે. ઘણીબધી વાર લોકો તેમની વિશ્વસનીયતા વધારે તેવા કોઈપણ યથાર્થ મુલ્ય પ્રદર્શિત કર્યા વગર બીજા તેમનો અભિપ્રાય સ્વીકારે તેવી અપેક્ષા રાખે છે. આ વસ્તુ લોકોને તેઓ જે કહે તેના પર કોઈ વજન મૂકવામાં અથવા તેને ગંભીરતાપૂર્વક લેવાનું લોકો માટે મુશ્કેલ બનાવે છે. વિશ્વસનીયતાનો અભાવ ચોક્કસપણે સફળતા માટેના સંઘર્ષ તરફ દોરી જશે.

બીજી તરફ, સારી પ્રતિષ્ઠા ઘડવી, તે જ્યારે તમારા સાથી કાર્યકરો, જૂથ અથવા વ્યક્તિઓને તમારી વિચારવાની રીત તરફ વાળવાની જરૂર હોય ત્યારે તમારા અંગત પ્રયાસોને ટેકો આપશે. જો લોકો તમારી શાખને અને તમે પસંદ કરેલા ક્ષેત્રમાં તમારી નિપુણતાને માન આપતા હોય તો તેઓ તમારા વિચારોને સાંભળે, તમારી ટીપ્પણીઓ તથા સલાહો ધ્યાન પર લે અને તમારા માર્ગમાં મદદ કરવા માટે તેના પર કામ કરે તેવી ઘણી વધારે શક્યતા છે.

જોકે, સારી આબરૂ ઘડવામાં સમય અને પ્રયત્નોની જરૂર પડે છે અને આ એવી વસ્તુ છે જે માત્ર તમે જ કરી શકો - તે ચોક્કસપણે રાતોરાત ઉભી થતી નથી. તેને માટે તમારે માત્ર જરૂરી આવડતો જ શીખવાની નથી, પરંતુ તમારે તે દર્શાવવાની પણ હોય છે. તમારાં વચન પરિપૂર્ણ કરવાં તે એવી વસ્તુ છે જેને માટે લોકો તમને યાદ રાખે છે.

છેવટે તો, તમારી પ્રતિષ્ઠા એ તમને બીજાં સાથે જોડવા માટેનો પરવાનો છે. તે બીજા સમાન વિચારસરણીવાળા સંબંધો બાંધવામાં મદદ કરશે જે તમને તમારા માર્ગમાં મદદ કરી શકે.

"સારી **પ્રતિષ્ઠા** ઘડવા માટે ઘણાં સારાં કાર્યો કરવાની જરૂર પડે છે, અને તેને ગુમાવવા માટે માત્ર એક જ ખરાબ કાર્ય પૂરતું છે."

– બેન્જામીન ફ્રેન્કલીન

શું તમારી ખૂબ સારી પ્રતિષ્ઠા છે - તમે નિપૂણ કાર્યકર્તા છો ?

- તમારા સાથીઓનાં જુથ વડે તમને **હકારાત્મક રીતે** સ્વીકારાય છે અને માન અપાય છે ?
- તમે તમારાં પસંદ કરેલાં ક્ષેત્રમાં ડૂબી ગયા છો ?
- શું તમે તમારા વ્યાપાર અથવા વ્યવસાયમાં **સરસાઈ** મેળવી છે ?

- શું એ સ્પષ્ટ છે કે તમે તમારા જૂથ અથવા સમાજમાં કોઈ તફાવત લાવી રહ્યા છો ?

“પ્રતિષ્ઠા એ માત્ર ધ્રુજતી અને અચોક્કસ જ્વાળા વાળી મીણબત્તી છે, જેને સહેલાઈથી બુઝાવી શકાય છે, પરંતુ તે એ **પ્રકાશ** છે જેના વડે દુનિયા **પાત્રતા** શોધે છે અને મેળવે છે.”

– જેમ્સ રસેલ લોવેલ

3.3

તમારા ડરનો સામનો કરવો

કોઈપણ વ્યક્તિ કે જે તેમના વ્યવસાય, કારકીર્દિ અથવા રમત-ગમતમાં સફળ થઈ છે, તેણે પરોક્ષ રીતે તેમના ડર તથા વ્યગ્રતાઓમાંથી બહાર આવવું જ પડ્યું છે. આ તમારી અંગત બાબત છે, અને તમારે તેમાંથી બહાર આવવા માટે અથવા તમે જે સિધ્ધ કરવા માંગો છો તેમાં તે તમને પાછા ન પાડે તેનું જોખમ ચાલુ રાખવા માટે કામ કરવું જરૂરી છે.

ઘણા બનાવોમાં ડર એ એક ભાવના છે જે તમે તમારા મનમાં પેદા કરો છો. મોટેભાગે તે પરિસ્થિતિ અથવા તેનાં પરિણામ વિશેની ચિંતામાંથી પરિણમે છે. તે તમારી અંગત પ્રગતિમાં અવરોધ તરીકે કામ કરીને ચિંતા અને નકારાત્મક વિચારો તરફ દોરી જાય છે. ડર વડે પેદા થયેલ ભાવનાત્મક ખળભળાટ તમારા અંગત વિકાસને રૂંધે છે, તમારી માન્યતાઓ પર મર્યાદા દાખલ કરે છે અને નિસ્તેજ દેખાવ તરફ દોરી જાય છે જે તમને તમારાં ધ્યેય સિધ્ધ કરવામાંથી અટકાવે છે.

તમારા ડરનો મુકાબલો કરવાની આદત પાડવી તે તમે શેને માટે સક્ષમ છો તે તમારી પોતાની પાસે સાબિત કરવાની તક આપશે અને તમારા નકારાત્મક વિચારો બહાર કાઢવામાં મદદ કરશે. આ વસ્તુ તમને તમારાં સ્વપ્ન તરફ આગળ જવા દે છે.

તમારે તમારા ડરને સાંભળવાની અને સ્વીકારવાની અને પછી તેઓ કેટલા સાચા છે તે પ્રશ્ન પૂછવાની ટેવ પાડીને તમને પાછા પાડે છે તે ડર ને જીતવા માટે તમારાં મનને કેળવવાની જરૂર છે. એક વખત તમે તમારા ડરને સમજવા માટે તથા તેને જીતવા માટેનાં હકારાત્મક પગલાં

તમારી જાત પાસે સાબિત કરી લીધાં હોય, કે તેઓ માત્ર તમારા મનમાં જ છે, તો લગભગ બધું જ એક શક્યતા બની જાય છે.

"ડર ને અનુભવો અને **કોઈપણ રીતે** દૂર કરો."

– સુસાન જેફર્સ

ડરના ઘટકો

ડર ઘણા આકારો અને પ્રકારોમાં આવે છે. તે આ મુજબ હોઈ શકે :

- મુંઝવણને કારણે નિષ્ફળતાનો ભય નીચેની બાબતોમાં પરિણમી શકે
- તમારા પરિવાર માટે પૂરું પાડવા અસક્ષમ હોવાનો ડર
- જાહેરમાં બોલવાનો ડર
- નાણાંકીય હોનારતનો ડર
- નોકરી ગુમાવવાનો ડર

નીચેની બાબતો વડે તે ડરનો નિકાલ કરો :

- તમારી જાતને તેમની વિરુધ્ધ **પગલાં લેવા** ધકેલીને
- તમે ઈચ્છો છો તે પરિણામના **દૃશ્યની કલ્પના** કરીને - ડર ઘટક નહીં.
- તમારી જાતને પૂછો : ડર કેટલો વાસ્તવિક છે ?
- ડર તમારા મનમાં જે અદૃશ્ય શ્રોતાઓનું સર્જન કરે છે તેમને ભગાડીને મૂકો.
- તમે સફળતા કેટલી ઈચ્છો છો ? જો તમે ડરનો નિકાલ ન કરી શકો તો પરિણામ હશે નિરાશા.

"ડર ને **જીતવો** તે **ડહાપણ** ની શરૂઆત છે."

– બર્ટ્રાન્ડ રસેલ

3.4

પસંદગી કરો બલિદાન નહીં

જ્યારે તમે જીવનમાં તમે જે ઈચ્છો છો તેના તમારાં સ્વપ્નને પરિપૂર્ણ કરવા માટે મથવા માટે તમારી જાતને સમર્પિત કરી દેવાનો નિર્ણય કરી લીધો છે, ત્યારે તમે એ માર્ગને અનુસરવાનો અને તે જે પડકારો રજુ કરે તેની સાથે કામ પાર પાડવાની પસંદગી કરી લીધી છે. આ તમારા જીવનને તે પહેલાં કેવું હતું તેમાંથી અથવા જો તમે તમારા જુસ્સાને અનુસરતા ન હોત તો કેવું હોત તેમાંથી બદલી નાખશે. એવી કેટલીક ચોક્કસ સુખ સગવડો હોવાની શક્યતા છે જે તમારે તમારાં સ્વપ્નને આગળ ધપાવવામાં છોડવી પડી શકે છે.

આ બાબત તમને તમારી જાત માટે દુ:ખી થવા અને તમારાં સ્વપ્નને વાસ્તવ બનાવવાના પ્રયત્ન કરવામાં તમે કેટલો ત્યાગ કરો છો તેમાં રાચવા તરફ દોરી જઈ શકે છે. જોકે, તમે વિચારવાની આ રીતને ઝડપથી યથા-દર્શનમાં મૂકી દો અને તમને ખ્યાલ આવે કે તમે તમારા પહેલાંના જીવનમાં જે કર્યું હોત તેના કરતાં તમે વધુ પરિપૂર્ણતા અનુભવો છો, અને કે છેવટે તમે ઘણા વધારે સફળ થઈને તમે જે કાંઈપણ કઠણાઈઓનો સામનો કરી રહ્યા હો તેનો છેવટે બદલો લણવાના છો તે મહત્વનું છે. ખરી રીતે, તમે જે કર્યું છે તે તમારા ભાગ્ય પર નિયંત્રણ કરવા માટે કરેલી પસંદગી છે, અને તેને એક હકારાત્મક પગલાં તરીકે જોવાવું જોઈએ બલિદાન તરીકે નહીં.

તમારાં લક્ષ્યને આગળ ધપાવવા માટે તમે બલિદાન કરો છો તેમ વિચારવું તે તમારાં ધ્યેય પર સકારાત્મકને બદલે નકારાત્મક ઢોળાવ લાવી શકે છે અને તેની તમારા મન પર નૈતિક બળ તોડી નાખતી અસર થઈ શકે છે. આ વસ્તુ સીધી તમારી ક્રિયાઓમાં અનુવાદિત થઈ શકે છે, જે તમે દબાણ હોવાનું અનુભવો તેવી શક્યતા હોવાથી પીડા ભોગવવામાં પરિણમશે. તમારા સ્વપ્ન માટેની તમારી તરસમાં તમે શું છોડી દીધું છે તે તમારી જાતને સતત યાદ અપાવ્યા કરવું તે ભાવનાત્મક રીતે થકવી દેનારું અને એ ઉર્જાનો ઉપયોગ કરનારું પૂરવાર થઈ શકે છે જે તમે જેને માટે મથો છો તેના પર કેન્દ્રિત થવી જોઈએ.

છેવટે, આ પોતાની દયા ખાવાનું છે, માટે સ્વ-દયાને તમારા વિચારોનો કબજો ન લેવા દો. સફળતા તમને તમે ઈચ્છો તે રીતે તમારું જીવન જીવવાની સ્વતંત્રતા પૂરી પાડશે - માટે ઈનામ

પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો અસ્વીકાર પર નહીં.

સ્વ-દયાની મોજ ન માણો.

તમે બલિદાન આપો છો તેવા કોઈપણ વિચારને નીચેની રીતે તજી દો :

- સૌ પ્રથમ તમે શા માટે આ યાત્રા પર ચઢ્યા તે તમારી જાતને યાદ આપીને
- તમારી જાતને એમ કહીને કે અંતમાં તે **તેને લાયક** હશે
- સૌ પ્રથમ તમે યોગ્ય નિર્ણય લીધો છે વિશે સ્પષ્ટ હોઈને
- તમારા ટેકો આપનાર નેટવર્ક - મુખ્ય મિત્રો, પરિવારજનો તથા સહકર્મીઓ - સાથે વાતચિત કરીને, જેઓ તમને એ બાબતની **પુનઃખાતરી** આપશે કે આ બધું તેને યોગ્ય છે
- તમારી યાત્રાને તમારા જુના જીવન સામેના પરિપ્રેક્ષ્યમાં મૂકવા માટે તમે જે કાંઈપણ પ્રાપ્ત કર્યું છે અને/અથવા પ્રાપ્ત કરવાનું આયોજન કરો છો તેવી બધી જ સકારાત્મક વસ્તુઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને
- તમે તમારા ધ્યેયને ગળે લગાડ્યું હોવાથી તમારા જીવન પર તમારું કેટલું વધારે **નિયંત્રણ** છે અને તમે કેટલા વધુ પરિપૂર્ણ થયા હોવાનું અનુભવો છો તે વિચારીને

આપણામાંના ઘણા માટે પસંદગી કરવાની ક્ષમતા એ એક અતિશય વિમુક્ત કરનારી ભાવના છે - તમારે તમારા મગજની આ સકારાત્મક સ્થિતિને અનુકુળ થવું જોઈએ. ટૂંકા ગાળાની પીડા લાંબા ગાળાની પ્રાપ્તિ તરફ લઈ જશે.

"સફળ માણસો **પસંદગી** કરે છે **બલિદાનો** નહીં"

– અજ્ઞાત.

તમારા પોતાનામાં આસ્થા રાખો

તમે સફળતા માટે યુધ્ધ લડો છો તેથી તમારા અંગત શસ્ત્રાગારમાં તમારે જે બીજા મહત્વના ઘટકની જરૂર છે, તે છે સ્વ-માન્યતા. જો તમે પસંદ કરેલાં તમારા ધ્યેયમાં સફળ થવાની તમારી પોતાની ક્ષમતામાં તમને વિશ્વાસ ન હોય તો બીજા કોઈને હશે તેવી શક્યતા બહુ ઓછી છે.

જો તમે સફળ થઈ શકો છો તે વાતની તમને ૧૦૦% ખાતરી ન હોય તો તમારાં સ્વપ્નને અનુસરવાનું કોઈ કારણ નથી. જે માનસિકતા સાથે તમે શરૂ કરશો તેનો તમે તમારી મહત્વકાંક્ષા પૂરી કરવાના છો કે નહીં તે નક્કી કરવામાં મોટો ભાગ હશે. આથી, જો તમે સફળ થઈ શકે છો તેવું તમારી જાતને કહ્યા કરશો તો કદાચ તેવું કરી શકવાની સારી શક્યતા છે. આનાથી ઉલટું પણ ઘણું જ સાચું છે. જો તમારામાં સ્વ-માન્યતા નથી તો તમારો આત્મવિશ્વાસ નીચો હશે અને તમે ઈચ્છા અને હેતુ ગુમાવશો. “તમે કરી શકો” તે માન્યતા વાળી માનસિકતા તમારા સ્વપ્ન સુધી પહોંચવા માટે કટોકટીભરી છે. સ્વ-માન્યતા સાથે બહાર પડવું તે આવશ્યક છે, પરંતુ આ સકારાત્મક માનસિકતાને નુકશાન પહોંચાડવા માટે ઘટનાઓ કાવતરું કરી શકે છે.

તમારા વિચારો અને ક્રિયાઓ જે તમારાં લક્ષ્ય સાથે એક કતારમાં હોય, તેમને કડી બધ્ધ કરવા તે તમને તમારી જાતમાં માનવાનું ચાલુ રાખવામાં મદદ કરશે.

“બીલીવ યુ કેન” (BYC) (તમે કરી શકો તેમ માનો.) ફીલોસોફી તમારા રોજીંદા જીવનનો અખંડ ભાગ બની જવો જોઈએ. જો, તમારી કારકીર્દિ અથવા વ્યવસાયના ભાગ તરીકે તમે લોકોનાં જુથને ની આગેવાની કરો અથવા તેમની વ્યવસ્થા કરો તો આવી વિચાર પ્રક્રિયાને ઠસાવી દેવી તે તમારી જવાબદારી છે. કોઈ સફળ જુથ તેઓ કરી શકે તેમ વિચાર્યા વગર જીતી શકતું નથી !

નવા પ્રકલ્પો અથવા પ્રારંભોને ઝડપથી શરૂ કરવા તે તમને તમારાં લક્ષ્ય તરફ તમને પ્રેરિત કરવામાં ખરેખર ખૂબ મદદ કરશે. સ્ત્રોતોને સજ્જ કરવા માટે ઉંચા સ્તરની પ્રેરણા અને ઉર્જાની જરૂર પડે છે. જ્યારે જૂથોનો સમાવેશ હોય ત્યારે, સૌ પ્રથમ એ ખાતરી કરો કે બધા જાણતાં હોય કે તેઓ ક્યાં જઈ રહ્યા છે અને બીજું કે એવી સામુહિક માન્યતા હોય કે સફળતા મળી શકે તેમ છે. જે જૂથો BYC ફીલોસોફીને માનતી નથી તે ગંભીર ગેરફાયદામાં હશે.

જોકે, એ યાદ રાખવું મહત્વનું છે કે BYC તમારાથી શરૂ થાય છે ! સફળ પરીણામ મેળવવા માટે તમારે યોગ્ય વાતાવરણ પોષવું જરૂરી છે.

તમે કરી શકો તેમ માનો

"લોકો પડકારોનો સામનો કરતાં ડરે છે, એ **વિશ્વાસ** નો અભાવ છે અને મેં **મારી જાત** માં વિશ્વાસ રાખ્યો."

– મહમદ અલી

"તમે કરી શકો" ને અંગત મંત્ર તરીકે લો. તે તમારી સ્વ આસ્થાને બળ આપશે અને જ્યારે વધારાના ધક્કાની જરૂર હશે ત્યારે તમને આગળ લઈ જશે. આ મંત્રનું રટણ કરવાનું ચાલુ રાખો અને :

- તે તમારા અર્ધચેતન મનમાં ઉતરી જશે.
- પ્રેરણાનો મુખ્ય સ્ત્રોત પૂરો પાડશે.
- યોગ્ય પ્રવૃત્તિઓ યોગ્ય સ્થાને ગોઠવવામાં મદદ કરશે.
- તમને સાચી દિશા ચિંધશે.
- નકારાત્મક વિચારો સામે મારણ તરીકે કામ કરશે.

"તમારે તમારામાં **આસ્થા** રાખવી જોઈએ, એ **રહસ્ય** છે. જ્યારે હું અનાથાશ્રમમાં હતો અને જ્યારે હું પૂરતું ખાવાનું મેળવવાના પ્રયત્નમાં શેરીઓમાં રખડતો હતો, ત્યારે પણ હું મારી જાતને દુનિયાના **સૌથી મહાન** અદાકાર તરીકે વિચારતો હતો."

– ચાર્લી ચેપ્લીન.

3.6

બલી ન બનો

જ્યારે વસ્તુઓ આયોજન મુજબ ન બને અથવા તમે નિષ્ફળ જાવ ત્યારે બીજા લોકોને દોષ દેવો તે ખૂબ જ લલચાવનારું છે, કારણ કે તે પોતાની જાતને કોઈ પણ જવાબદારીથી મુક્ત કરવાની રીત છે. ઓચિંતાના, તમે શિકાર બનો છો, જે સૂચવે છે આમાં તમે કંઈ જ વધારે કરી શકો તેવું ન હતું અને કે નિષ્ફળતા એ તમારી સમસ્યા ન હતી. તમે, કોઈક તમારા કઠીન પરિશ્રમ અને પ્રયત્નોની ભાંગફોડ કરી રહ્યું હતું તેવું પોતાને ગળે ઉતારીને પોતાની જાતને વધુ નિ:સહાય અનુભવતી બનાવી શકો.

આ માનસિકતા તમને માત્ર એક જ જગ્યાએ લઈ જઈ શકે - ક્યાંય નહીં. હકીકતમાં વાસ્તવિકતા એ છે કે અલબત્ત, સારી અને ખરાબ ઘટના બધા સાથે બને છે - એ જ જીવન છે. પરંતુ જો એક ભોગ બનેલની નજર દ્વારા જોવો તો તમને ભરાઈ પડ્યાનું લાગશે અને માનશો કે જીવન તમને શીક્ષા કરે છે. આ તમને કડવા અને ઉગ્ર બનાવી શકે છે, અને તમે પોતાની જાતે જવાબદારી લેવાને બદલે, તમારા બદનસીબ માટે બીજા બધાને દોષ દેશો.

આવા વલણ સાથેની સૌથી મોટી સમસ્યાએ છે કે તમારી નિષ્ફળતા પાછળનું કારણ શોધવાને બદલે અને પછી તેનો ઉપાય શોધવાને બદલે, તમે ફરીયાદ કરીને અને તે અનુભવમાંથી કાંઈ જ શીખ્યા વગર, માત્ર સમયનો વ્યય કરશો. આવા લોકો સમાન માનસિકતાવાળા લોકોને આકર્ષે છે, નકારાત્મકતાનું ભયાનક કોકટેલ ભેળવે છે, જે અંગત પ્રગતિ મંદ પાડે છે.

તમે કોઈ વ્યક્તિ અથવા સંજોગોનો શિકાર નથી તે સ્વીકારીને, તમે તમારી નિષ્ફળતા પાછળના સાચાં કારણોને શોધવાનું શરૂ કરશો. તે તમને શક્ય ઉકેલ શોધવામાં મદદ કરશે અને બીજી વખત સફળતાની વધુ સારી તક આપશે. તે ઉપરાંત આ આખો અનુભવ શીખવાની પ્રક્રિયા બની જાય છે અને તે તમને અંગત રીતે અને વ્યાવસાયિક રીતે વિકસવામાં મદદ કરશે. દરમ્યાન, જવાબદારી માથે લેવી તે તમારી આસપાસના લોકોમાં પ્રેમભાવ અને માન જન્માવશે, અને પ્રેરણા આપનાર સાધન તરીકે કાર્ય કરશે. ભોગ બનવાની માનસિકતાના ભોગ બનીને પરિસ્થિતિ પરનું તમારું નિયંત્રણ જતું ન કરો.

"આપત્તિ આપણને ઉદાસ નહીં પરંતુ **શાન્ત;** દુ:ખી નહીં પરંતુ **ડાહ્યા** બનાવવા માટે આવે છે."

– એચ.જી. વેલ્સ.

તમે ભોગ બનવાની માનસિકતામાંથી છૂટકારો મેળવવા માટે બહુ સાદાં પગલાં લઈ શકો છો :

- જો કંઈ ખોટું થાય તો તમારે પોતાને માટે દુ:ખી ન થાવ.
- એ ફીલોસોફી અપનાવો કે જીવન તમને કંઈ જ આપવા બંધાયેલું નથી અને સફળતા - અથવા નિષ્ફળતા - તમારા પર છે.
- જ્યારે કશુંક ખોટું થાય ત્યારે બીજી વખત તમે શું અલગ રીતે કરશો તે તમારી જાતને પૂછો.
- જ્યારે તમને બીજાને દોષ દેવાની લાલચ થાય, ત્યારે તમારી જાતને કહો કે તમારે જવાબદારી માથે લેવાની જરૂર છે જેથી તમે આગળ વધી શકો અને એક ઉકેલ શોધી શકો.
- એમ વિચારવાને બદલે કે : "આ મારી સાથે જ કેમ બને છે ?" તમારી માનસિકતા "શું ખોટું થયું, અને બીજી વખત હું કેવી રીતે તેને સુધારી શકું ?" પર બદલો.

એવું દેખાડો કે તમે જવાબદારી માથે લેવા માટે પૂરતા મોટા છો. શિકાર બનવાની માનસિકતામાંથી બહાર આવો અને નિષ્ફળતાને શીખવાની પ્રક્રિયા તરીકે જોવો જેનો અર્થ થશે કે તમે બીજી વખત વધુ મજબૂત બનશો.

"તમારે પોતાને માટે અને તમારી વર્તમાન પરિસ્થિતિ માટે દુઃખ અનુભવવું, તે માત્ર ઉર્જાનો વ્યય જ નથી પરંતુ તમારી હોઈ શકે તેટલી સૌથી ખરાબ આદત છે."

– અજ્ઞાત.

3.7

પડકાર માટે તૈયાર

તમે શેની સામે ઉભા છો તેનો કોઈ પ્રશ્ન નથી, તમારે તમારી જાતને સફળતાની શક્ય તેટલી શ્રેષ્ઠ તક આપવી જોઈએ. તેનો અર્થ એવો છે કે તમે આગળ રહેલાં કામ માટે તૈયાર છો તેની ખાતરી કરવા માટે પુષ્કળ તૈયારી કરવી જરૂરી છે. તમારા દેખાવને મહત્તમ કરવામાં મદદ કરતી વખતે, તેની તમારો આત્મવિશ્વાસ ઘડવા પર અસર પડશે.

તૈયારીના અભાવમાંથી પાછા પડવું તે ખૂબ જ હતાશાજનક થઈ શકે છે. કારણકે તે માત્ર તમારા સ્વપ્નને સમજવાની તમારી યાત્રા જ મોડી નથી પાડતું પરંતુ તમે જાણો છો કે તમે વધુ સારું કરી શક્યા હોત, તેથી તે ઘણા બધા “જો-તો” ઉભા કરે છે જેનો પસ્તાવો થાય છે અને તમને નૈતિક રીતે ભાંગી નાખે છે.

તમે શેનો ઈરાદો ધરાવો છો તે દેખાવ કરવાની આદર્શ અવસ્થા છે - એ બિંદુ જ્યાં તમારું મગજ તમારે જે કામ હાથમાં લેવાની જરૂર છે તેની સાથે બરાબર સંબધ્ધ છે. આપણે કોઈપણ પડકાર આપનાર પરિસ્થિતિઓ હાથમાં લઈએ તે પહેલાં આપણાં મન તથા શરીર આ અવસ્થામાં લાવવાં અતિઆવશ્યક છે. તમારી બધી ક્રિયાઓ તમારા મનની સ્થિતિમાંથી વહેશે, આથી તમે ઈચ્છો છો તે પરિણામ માટે તમારા વિચારોનું અનુકુલન કરવું અગત્યનું છે. આ કરીને, તમે તમારી જાતને એક ઉચ્ચ રીતે સંવાદી અને સકારાત્મક દેખાવ આપવા તૈયાર કરો છો.

તમારા દેખાવની આદર્શ અવસ્થાની આકારણી કરવા માટે અભ્યાસની જરૂર પડે છે, અને જેમ તમે તમારાં લક્ષ્ય તરફ ખસતા જાવ તેમ તમારી તે પ્રદેશમાં હોવાની જરૂરીયાત વિશે તમારે સતતપણે જાગૃત રહેવાની જરૂર હશે. તે એક નવી નોકરી માટેનો અથવા બઢતી માટેનો ઈન્ટરવ્યુ હોઈ શકે, એક મેરેથોન દોડ અથવા તમારે એક ભાષણ આપવાનું હોઈ શકે - પડકાર ગમે તે હોય, શ્રેષ્ઠ પરિણામ મેળવવા માટે તમારે તમારા વિચારો અને ક્રિયાને જોડવાં જોઈએ.

“હું સર્વકાલીન સૌથી મહાન છું.”

– મોહમ્મદ અલી

શું તમે તૈયાર છો ?

દેખાવની આદર્શ સ્થિતિ મેળવવા માટે, તમારે કેટલીક નીચેના મગજના અભ્યાસો ધ્યાનમાં લેવા જોઈએ :

- તમારે માટે એક મહાન કાર્ય કેવું દેખાય છે તે કલ્પી જોવું અને ખૂબ જ સ્પષ્ટપણે નક્કી કરવું.
- તમે જે કામ કરવા જઈ રહ્યા છો તેની શરૂઆત, મધ્યભાગ અને અંત બધા પર કામ કરવું.
- અરીસા સામે જોઈને તમારી જાતને કહો કે તમારું કાર્ય વિલક્ષણ હશે.
- અભ્યાસ કર્યો હોય અને પૂર્વ પ્રયોગ કર્યો હોય તેની ખાતરી કરો - જીતનારાઓ એકાએક જીતી નથી જતા.
- શ્વાસોચ્છવાસ તીવ્રપણે મદદ કરી શકે છે - ટટ્ટાર અને સ્થિર બેસો, આંખો બંધ કરો. ઉંડો શ્વાસ લો અને સાત સુધી ગણો, પછી ધીમેથી શ્વાસ છોડો અને અગીયાર સુધી ગણો. બે વખત પુનરાવર્તન કરો.
- હાથ પરનાં કાર્ય પર એકાગ્ર થાવ અને તમારા મનને બીજા વિચારો વડે વેરવિખેર ન થવા દો.

દેખાવની આદર્શ સ્થિતિ સુધી પહોંચવાની તમારી ક્ષમતા તમારા સફળતાના દરમાં વધારો કરશે. મનનાં જીમમાં અભ્યાસ કરવાનું ચાલુ રાખો અને તમારા આત્મવિશ્વાસ માં વૃદ્ધિ નિહાળો. સફળતા એક આદત બની જશે !

"પડકારો સ્વીકારો જેથી તમે વિજયનો આનંદ અનુભવી શકો."

– જ્યોર્જ એસ. પેટોન

હમણાં જ વિચારો

ભલે કામે કોઈ પણ કાર્ય કરો, તેને માટે સંપૂર્ણ તૈયારી કરવાનું વળતર મળે જ છે, છતાં તેને અતિ પડતું કરવું તે માત્ર તમને ધીમા પાડશે અને મુંઝવનાર બની શકે છે. હાથમાંની માહિતીઓ અને હાથવગી આવડતો તરફ જોવું તે શ્રેષ્ઠ વલણ છે, પછી સકારાત્મક ક્રિયાના માર્ગનું આયોજન કરો. ભૂતકાળમાં બહુ દૂર સુધી જોવું અથવા ભવિષ્ય વિશે ચિંતા કર્યા કરવી તે તમારા વિચારોને ધુંધળા બનાવી શકે અને કેન્દ્રિતતા પર અસર પાડી શકે.

અગાઉથી આયોજન કરવું મહત્વનું છે, અને તમારે તમારા સ્વપ્નને સાચું પાડવાના માર્ગ પરનાં સીમાચિન્હો ધ્યાનમાં રાખવાં જરૂરી છે, પરંતુ શું બની શકે તે વિચારોમાં રચ્યાપચ્યા રહેવું તે તમારી મુલ્યવાન ઉર્જાનો વ્યય છે અને કોઈ કારણ વગર તમારા તણાવનું સ્તર વધારી શકે.

છેવટે તો, જ્યાં સુધી ઘટનાઓ પોતાને તમારી સામે રજુ ન કરે ત્યાં સુધી તમારું તેના પર નિયંત્રણ હોતું નથી.

આ જ વસ્તુ અગાઉ બનેલા બનાવો તરફ વળી વળીને જોયા કરવું અને તેનાં પરિણામોનું ઝીણવટપૂર્વક વિશ્લેષણ કર્યા કરવું તેમાં પણ છે. સફળતા અથવા નિષ્ફળતામાં એક બિંદુએ તેમાં ભાગ ભજવ્યો હોય તેવા ઘટકો તરફ તમારા ભાવિ દેખાવની માહિતી માટે જોવું તે ચોક્કસપણે ડહાપણ છે. પરંતુ સામાન્ય રીતે ભૂતકાળની સફળતાઓમાં રાચ્યા કરવું તે ઘમંડ તથા અદમ્ય ભાવગ્રંથિમાં વૃધ્ધી કરે છે, જ્યારે ભૂતકાળની નિષ્ફળતાઓ પર પસ્તાવો કર્યા કરવો તે છેવટે તો આત્મ-પરાજય કરવો તે છે.

તે સમયે વિશ્લેષણ કરવું તે તેની ચાવી છે, પરંતુ પછી આગળ વધી જવું અને વર્તમાન પર કેન્દ્રિત રહેવું તે અતિઆવશ્યક છે. એક મોટા વિજય અથવા કચડી નાખે તેવી હાર પછી મોટા ભાગના સફળ ફૂટબોલ ટીમના મેનેજરો અને એ બાબતમાં ખેલાડીઓ પણ - કહેશે કે તેઓ તે અનુભવમાંથી શીખશે, અને તરત જ પછીની રમત પર કેન્દ્રિત થઈ જશે. તેવી જ રીતે, લીગ મેચો જીતવી તે તેમનું લક્ષ્ય હોય છે, છતાં પછીની રમતએ તેમની અગ્રતા છે. તમારા હવે પછીનાં કામ તરફ વધુ ઝડપથી અને અસરકારક રીતે આગળ વધતી વખતે તમારી કેન્દ્રિતતા અને તૈયારીની ધાર સજાવવા માટે જીવો.

"આ **ક્ષણમાં** જીવવું એટલે ભૂતકાળને જવા દેવો અને ભવિષ્યની રાહ ન જોવી. તેનો અર્થ એ છે કે તમારું જીવન **સભાનપણે** જીવવું, એ બાબતથી સભાન કે તમે શ્વાસ લો છો તે દરેક ક્ષણ એક **બક્ષીસ** છે."

– ઓપ્રા વિનફ્રે

વર્તમાન પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું.

વર્તમાનમાં કેવી રીતે વિચારવું :

- એક મુશ્કેલ પરિસ્થિતિનો સામનો કરતી વખતે, હાથમાં હોય તે હકીકતો સામે જોવો અને તેની સાથે વ્યવહાર કરો.
- જવાબો અને કારણો શોધવાનું છોડો - માત્ર સ્વીકારો !
- કોઈ પરિસ્થિતિ તરફ ભાવનાત્મક પ્રત્યાઘાતો આપવાનું ટાળો - સમજદારીથી વિચારો.
- જો તમે એક ખોટો નિર્ણય લીધો હોય તો પાછળ ફરીને ન જોવો - આગળ વધો.
- તમારા વિચારો અને ભાવનાઓ વિશે સભાનપણે જાગૃત રહો.

વર્તમાનમાં જીવવું તે તમને નીચેની બાબતો કરવા માટે શક્તિમાન કરે છે :

- ઝડપી નિર્ણયો લેવા
- પરિસ્થિતઓ અને સંજોગો સાથે વધુ અસરકારક રીતે વ્યવહાર કરવો.
- ઓછા સમયમાં વધુ સિધ્ધ કરવું.
- તમારાં કામમાં વધુ પૂર્ણતા મેળવવી.

"બાળકો પાસે ભૂતકાળ કે ભવિષ્ય હોતા નથી. આમ તેઓ **વર્તમાન માણે** છે - જે આપણી સાથે ભાગ્યે જ બને છે."

– જીન દે લા બ્રુયેર

3.9

યોગ્ય વસ્તુઓ કરવી

વસ્તુઓ બનતી કરવામાં તમારી ભૂમિકાનો મુખ્ય ભાગ તમારાં સ્વપ્નને સમજવા માટે આવશ્યક છે તેવી કરવી જ પડે તેવી - ફરજીયાત - પ્રવૃત્તિઓ ને કરવાં ગમે તેવાં કાર્યો, જે એક ઉપયોગી હેતુ તરીકે કામ આવે, પરંતુ જે તમારી યોજના માટે કટોકટીભર્યા ન હોય - તેનાથી જૂદા પાડવાં તે છે. તમારી યાત્રા આગળ વધતી જાય તેમ, અને તમે વધારે સંપર્કો બનાવો, અને કદાચ, તમારી આસપાસ એક જૂથ બનાવો ત્યારે કરવાં ગમે તેવાં અથવા ગમતા પ્રકલ્પોમાં સામેલ થવાની લાલચ થાય છે. આને માટેનું કારણ એ છે કે, તે ફરજીયાત કરવાં જ પડે તેવાં વધુ મહત્વનાં અને ભારે કાર્યોની સરખામણીએ પરિપૂર્ણ કરવામાં વધુ સરળ અને મુશ્કેલીથી મુક્ત હોય છે. વધુમાં, તમે કદાચ એક સહકર્મીને તેના પ્રકલ્પમાં મદદ કરવાની વાત કરો, જે તેને માટે મહત્વનો હોય, પરંતુ તે ખરેખર તમને તમારા ધ્યેયમાં મદદ નહીં કરે.

કેન્દ્રિત રહેવાની ક્ષમતા એ જે વધુ સિધ્ધ કરવાની મહત્વાકાંક્ષા રાખે છે તેવા દરેક માટે મુખ્ય સામગ્રી છે અને તમારે તમારા બધા જ નિર્ધારને જે તમારું ધ્યાન તમારા મુખ્ય હેતુ પરથી હટાવી શકે તેવા ગૌણ પ્રકલ્પોથી દૂર કરવા પર કેન્દ્રિત કરવા પર વાળવું જરૂરી છે.

તમે શું હાથમાં લો છો તેનાથી જાગૃત રહો. તમારી જાતને પૂછ્યા કરો : “હું જે કરું છું તે શું ખરેખર હું જ્યાં જવા માગું છું ત્યાં મને લઈ જશે ?” જાગૃતિનું આ સ્તર તમને મુલ્યમાં વધારો ન કરે તેવી પ્રવૃત્તિથી આઘા રહેવા દે છે.

યાદ રાખો, જે કોઈપણ સફળ થવા માંગે છે તેમને માટે સમય એ સૌથી કિંમતી જણસ છે. તમારુ સંપૂર્ણ ધ્યાન કરવા ગમે તેવા પ્રકલ્પ પર મુલ્યવાન સમય બગાડવાને બદલે કરવા જ પડે તેવા પર કેન્દ્રિત કરવું તે તમને યોગ્ય કામ યોગ્ય સમયે કરવામાં મદદ કરશે. સફળતા માટે કટોકટીભરી પ્રવૃત્તિઓ પર કેન્દ્રિત થવામાંથી ગતિ પરિણમે છે. ધ્યાન વિચલિત ન થાવ.

કરવાં જ પડે તેવા અથવા કરવાં ગમે તેવાં (કાર્યો).

"તમારા સમયપત્રક પર શું છે તેને અગ્રતા આપવી તે ચાવી નથી, પરંતુ તમારી **અગ્રતાઓનું સમયપત્રક** બનાવવું તે છે."

– સ્ટીફન કોવે

હાથમાંના કાર્ય પર કેવી રીતે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું :

- તમારાં લક્ષ્યોને પૂરાં કરવા માટે આવશ્યક પ્રવૃત્તિઓને ઓળખવી તે તમને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં મદદ કરશે.
- તમારી પ્રગતિનો ખ્યાલ રાખવા માટે એક જર્નલ રાખવી અથવા રોજીંદા કરવાનાં કાર્યોની સૂચિ પૂરી કરવી.
- બીજા લોકોના ગૌણ પ્રકલ્પો વડે વિચલિત ન થાવ, ભલે તે તેમને માટે મહત્વના હોય તો પણ.
- એ કાર્યો પર સમયનો વ્યય કરવાનું ટાળો જે કટોકટીભર્યા કાર્યો કરતાં વધુ મજા આવે તેવા હોઈ શકે છે.

ખોટી બાબતો પર સતત ધ્યાન આપવું તે બીન અસરકારક દેખાવ તરફ દોરી જશે અને છેવટે તમારી સફળતા મોડી કરશે.

"હું ક્યારેય **શું કરાયું છે** તે નથી જોતી; હું માત્ર **શું કરવાનું બાકી છે** તે જોઉં છું."

– મેરી ક્યુરી

3.10

ચાલક બળ

તમારા જુસ્સાને અનુસરીને સફળતા મેળવવા માટે, તમને એ ખ્યાલ આવવો જરૂરી છે કે આ અંગત યાત્રા છે અને માત્ર તમે જ તે કરી શકો. તમે માર્ગમાં બીજા મહત્વના લોકોને તમને આગળ લઈ જવામાં મદદ માટે આશ્રય લેશો, પરંતુ પ્રાથમિક બળ તો તમે જ હશો. ખરેખર તો, તમારી ક્રિયાઓ માટે તમે પૂર્ણ જવાબદારી લો અને જે કાર્ય કરવાનું તમને ગમે છે તેને માટેના તમારા જુસ્સા સાથે સીધી રીતે જોડાયેલ ઉર્જા તથા કેન્દ્રિતતા સાથે તમારાં લક્ષ્યને આગળ વધારો તે આવશ્યક છે.

એવા ત્રણ મુખ્ય ઘટકો છે જે તમારી સફળતાનું સ્તર અને તમે તમારા સ્વપ્ન તરફ કેવી રીતે પ્રગતિ કરી રહ્યા છો તે નક્કી કરશે અને તે અંગત રીતે તમારા પર આધાર રાખે છે : પ્રયોજન, ક્રિયા અને માનસિક બળ.

તમે શું પ્રાપ્ત કરવા માંગો છો (અને શા માટે) તેનું **પ્રયોજન** તમારી પાસે સ્પષ્ટ હોવું જોઈએ. તે તમારા જીવન અને મહત્વાકાંક્ષા માટે ચાલક અને પ્રેરક બન્ને બની જાય છે. પ્રયોજનની ભાવના ધરાવવી તે તમને ટકાઉ અંગત વૃધ્ધિ માણવા શક્તિમાન કરે છે. તે ક્રિયા આયોજન કરવા માટે અને વધુ મહત્વપૂર્ણ રીતે, શું કરવું જરૂરી છે તેને માટે ઉર્જાનો સ્ત્રોત પૂરો પાડે છે.

ક્રિયા કર્યા વગર કશું જ બનતું નથી. ઘણી બધી વખત વ્યક્તિઓ તેમનાં લક્ષ્ય તરફની પ્રગતિના અભાવને કારણે હતાશ થઈ જાય છે - નિષ્ક્રિયતા. પગલાં લો અને પછી જે પરિણમે છે તે ફીડબેક નિહાળો. તે તમારા વિચારો, મહત્વાકાંક્ષાઓ, શક્તિઓ અને નબળાઈઓ વિશે ઘણું બધું પ્રગટ કરશે. માત્ર સાંભળવા કે નિહાળવાની જ નહીં પરંતુ મળેલા ફીડબેકમાંથી સમજવાની પણ ખાતરી રાખો.

માનસિક **શક્તિ** જ્યારે તમે છોડી દેશો તેવું અનુભવો ત્યારે તમને ચાલતા રાખે છે. તમે તમારાં જીવન અને કારકીર્દિમાંથી શું ઈચ્છો છો તે જાણવું એ સફળતાનાં સૂત્રોની કટોકટીભરી સામગ્રી છે. તમારી માનસિક મજબૂતી તમે જે લક્ષ્ય મૂક્યાં છે તે ખરેખર તમે જે ઈચ્છો છો તે જ છે કે નહીં તેની તેજાબી કસોટી છે. જો તમે સફળતા ઈચ્છો છો તો તમારા માર્ગમાં ગમે તે ફેંકવામાં આવે તો પણ તમે આગળ વધતા રહેશો.

તમારા સ્વપ્નને યથાર્થ કરવા માટે શક્ય તેટલી ઝડપથી પ્રગતિ કરવા માટે આ ત્રણેય ક્ષેત્રમાં સારો દેખાવ કરવા પર કેન્દ્રિત રહેવાની જરૂર છે.

“જીવન એક **વચન** છે; તેને પરિપૂર્ણ કરો.”

– મધર ટેરેસા

સફળતાનાં સૂત્રોને સફળતા માટેના સમીકરણ દ્વારા જોઈ શકાય, જ્યાં ચલરાશિઓ તમે કેવી રીતે વિચારો છો અને કરો છો તેની સાથે સાથે તમારે માટે શું મહત્વનું છે તેની કામગીરી છે.

સફળતા = પ્રયોજન x ક્રિયા x શક્તિ

શૂન્ય વડે ગુણવામાં આવે તે બધું શૂન્ય છે. પરિણામે, જો તમે આ ત્રણ ક્ષેત્રમાંથી દરેકમાં ચડીયાતા થાવ, તો તમે લગભગ ચોક્કસપણે તમારી જાતને તમારા ધ્યેયને પૂરું કરવાની નજીક લઈ જશો.

તમારી યાત્રામાં તમે ક્યાં છો **તેની પુનઃ તપાસણી** અને વિચાર કરવા માટે સમય કાઢો, જો તમે યોગ્ય પરિણામો ન મેળવતા હોવ, તો શું બદલવાની જરૂર છે તેના પર એક **ક્રિયા આયોજન** તૈયાર કરો.

“કામ કરવાની સારી **આદતો** તમને આંતરિક મજબૂતાઈ અને આત્મવિશ્વાસનું વલણ વિકસાવવામાં મદદ કરશે જે તમને દરેક વિપરિતતા અને હંગામી નાહિંમત થવા સામે **ટકાવી** રાખશે.”

– પાઉલ જે. ફલેયર

ક્રિયા, **વિશ્વાસ, તક** અને વિશ્વસનીયતા, ક્ષમતા, માન્યતા, **આદર, વચનો, સ્પર્ધા**

ચોથું કદમ
પ્રારંભ કરો 4

તમારા સફળતાનાં સ્વપ્નને તમારા જુસ્સામાંથી તારવવા માટે, આગળની યાત્રાનો નકશો તૈયાર કરવા માટે અને પછી તમારા સ્વપ્નને આગળ વધારવા માટે તેને બધું જ આપવા માટે તમે મગજની યોગ્ય સ્થિતિમાં છો તેની ખાતરી કરવા માટે સમય કાઢવો તે મહત્વનું છે. જોકે, દુનિયામાં કરેલા બધા જ સાવધાની પૂર્વકના વિચારો અને તૈયારીઓ તમે જે શોધો છો તે સફળતા નહીં આપે, સીવાય કે તેમને હકારાત્મક ક્રિયાનું પીઠબળ હોય.

આનો અર્થ એમ કે તે કામ તુટી પડવાનો સમય છે. તમે જેને માટે તૈયારી કરો છો તે યાત્રા પર નીકળી પડવાની ક્ષણ છે - પરિપૂર્ણતા અને ખૂશી તરફનો માર્ગ, જ્યાં હોવાનું તમે તમારા જીવનમાં સૌથી વધારે ઈચ્છયું હતું. ત્યાં તમને લઈ જવા માટે તમારા જુસ્સાનો તમે અનુસરો છો. આ એ બિંદુ છે જ્યાં તમે આગળ વધવાનું શરૂ કરો છો અને જ્યાં સુધી તમારા ગંતવ્ય સ્થાને પહોંચતા નથી ત્યાં સુધી અટકતા નથી.

અલબત્ત, એવી ઘણી બધી રીતો છે જ્યારે તમે પગલાં ભરી શકો અને તમારા જુસ્સા અને હેતુને જોડી શકો જે તમે માર્ગમાં રહેલા તમારા લક્ષ્યોને પૂરાં કરવા માટે તમે જે ઝડપનો ઉપયોગ કરો છો તેને અને તમારી સફળતા કેટલી ટકાઉ હશે તેને અસર કરશે. આ પ્રકરણ એવા મહત્વના ઘટકો પર ધ્યાન આપે છે જે તમારી ક્રિયાઓની અસરકારકતાને અસર કરશે, તેઓ તમારી યાત્રાને કેવી રીતે પ્રભાવિત કરી શકે અને તમે તમારા સ્વપ્નને સાધ્ય કરવાના માર્ગમાં ઉપર ચડવા માટે તમે કેવી રીતે તેનો ઉપયોગ કરી શકો.

4.1

વિચારવા / કરવા વચ્ચેનું સમતોલન

તમારી પાછળ રહેલાં આયોજનો અને તૈયારી સાથે, જ્યારે તમે તમારા સ્વપ્ન તરફની તમારી આજીવન યાત્રા પર તમારી જાતને બહાર પાડો છો ત્યારે, આ પગલાં ભરવાનો સમય છે. સતત પ્રગતિ કરવા માટે અને સ્થગિતતા રોકવા માટે ગતિ ચાલુ રાખવી અતિ આવશ્યક છે અને તે તમને તમારા હેતુ અને કેન્દ્રિતતાને જાળવવામાં પણ તમારી મદદ કરશે.

તમારે આગળ વધવાનું ચાલુ રાખવાની જરૂર હોવા છતાં, તે આવેશયુક્ત ન બની જાય પરંતુ તમે નિયંત્રણ રાખો અને તમારી દૃષ્ટિને મક્કમ પણે મળનાર વળતર પર રાખો તે મહત્વનું છે, એટલે કે, કાર્ય કરવા પર ભાર હોવા છતાં, તમારે તમારા કાર્યનું આયોજન અને પુન: તપાસણી કરવાની પણ જરૂર પડશે. વિચારવા અને કરવાને યોગ્ય પ્રમાણમાં સમય ફાળવવો તે આની ચાવી છે અને આ વસ્તુ તમારી સફળતાની તકો સૂચક રીતે વધારશે. ક્રિયા પર ભાર આપવાનું ચાલુ રાખવા માટે, તમને આયોજન કરવા માટે, પુન:તપાસણી માટે અને વ્યુહરચના ઘડવા માટે તમને શક્તિમાન કરવા માટે તમારા સમયના મહત્તમ ૨૦% વિચારોની સ્પષ્ટતા પ્રાપ્ત કરવા માટે આપવો જોઈએ, જ્યારે બાકીના ૮૦% કામ કરવામાં ફાળવવા જોઈએ. એ તમને તમે યોગ્ય માર્ગે છો અને તમે તમારા અનુભવમાંથી શીખી રહ્યા છો તેની ખાતરી કરવા માટે સમય કાઢવા દેશે.

પરંતુ વિચારવામાં તમે તમારો માત્ર એક પંચમાંશ ભાગ ખર્ચતા હોવાથી, તેનો બને તેટલો ઉપયોગ કરી લો. તમારા વિચારોની ગુણવત્તા પર યોગ્ય ધ્યાન આપો, કારણ કે સ્પષ્ટ વિચારો તમારા આયોજનોને યોગ્ય દિશામાં લઈ જશે. વિચારવાના ગુણવત્તાસભર સમય (ક્વોલીટી થીંકીંગ ટાઈમ-QTT) માટે વ્યવસ્થા કરો - હસ્તક્ષેપ અથવા વિચલન વગર મનન કરવા માટેની મોકળાશ. તણાવપૂર્ણ, અસ્તવ્યસ્ત સ્થિતિમાં કરેલ વિચારો બહુ ઓછું સિધ્ધ કરશે.

માનસિક રીતે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું આવશ્યક છે. છતાં, વધારે પડતું કરવા માટે લલચાવ નહીં - તમે ફાળવેલા ૨૦% સમયને વળગી રહો. તમારી આકાંક્ષાઓ અને જરૂરીયાતો વિશે અવધિ નક્કી કરવાનું ટાળો. તમે બરાબર શું કરવાના છો તે નક્કી કરી લીધું હોવાથી તેની સાથે આગળ વધો તેની ખાતરી રાખો.

જ્યારે ક્રિયા વિચારોને અનુસરે ત્યારે જ માત્ર સકારાત્મક પ્રગતિ કરી શકાય છે. જોકે, જો તમે તમારાં સ્વપ્નો અને દૃષ્ટિઓને અમલીકરણ તરફ ધકેલશો નહીં તો તે તમારા મગજમાં જ રહેશે. નીચેનું સમીકરણ યાદ રાખો :

વિચારો + ક્રિયા = પરિણામ

“જીવન પાસે આપણને આપવા માટે જે **શ્રેષ્ઠ ઈનામ** છે તે કરવા લાયક કામ પર કઠિન પરિશ્રમ કરવાની **તક** છે.”

– થીઓડોર રૂઝવેલ્ટ

વિચારવાનો ગુણવત્તા સભર સમય (QTT)

કામ, પરિવાર, સંબંધો અને કારકીર્દિમાં સમતોલન જાળવવાના પ્રયત્નમાંથી પરિણમતી વ્યસ્ત જીવનશૈલી વિચારવા માટેના ગુણવત્તા સભર સમયને શોધવાનાં કાર્યને પડકાર જનક બનાવે છે. નીચેનાં પગલાંઓ તમને મોકળાશ સર્જવામાં અને તમારા માનસિક દેખાવને મહત્તમ કરવામાં મદદ કરશે :

- વિચારવા પાછળ તમારે કેટલો સમય ખર્ચવો જરૂરી છે તે શોધો (આદર્શ રીતે સમગ્ર સમયના ૨૦% સમય તમે તમારા લક્ષ્ય પર પહોંચવા માટે ખર્ચ કરો છો.)
- તે સમયનું તમારી રોજનીશીમાં આયોજન કરો - એક જ વખતમાં ખર્ચ કરવો કે નાના સમયગાળાઓમાં (પરંતુ તે પૂરતા લાંબા હોય તેની ખાતરી કરો, નહીં તો તમે કશું જ સિધ્ધ નહીં કરો.)
- એવું સુરક્ષિત સ્વર્ગ સમાન સ્થળ શોધી કાઢો જ્યાં તમને તમારા વિચારો વડે વિચલિત ન કરાય.
- હાથવગા ગણવા માટે મુખ્ય મુદ્દાઓની સૂચિ બનાવો.
- આ બેઠકો દરમ્યાન તમારા વિચારો નોંધી લો અથવા રોકોર્ડ કરી લો.
- તમારા વિચારો અને ખ્યાલો ને ટપકાવવા માટે એક જર્નલનો ઉપયોગ કરો.

4.2

ક્રિયાઓ સાથે ટેકારૂપ શબ્દો

તમે શું સિધ્ધ કરવા બહાર પડ્યા છો અને તમે બીજા લોકો ને શું વચન આપો છો તે પહોંચાડવાની ક્ષમતાની તમારી પ્રતિષ્ઠા પર મોટી અસર પડશે - એ એ બાબત છે જેના પરથી લોકો તમારા વિશે નિર્ણય લેશે. તે વિશ્વસનીયતા, વિશ્વાસ અને ક્ષમતાનું બેરોમીટર પણ બની જાય છે. જ્યારે તમે વિજયી પરિણામો રજુ કરો છો ત્યારે તમારી આસપાસના લોકોમાં હકારાત્મક છબી પડશે. બદલામાં તે હકારાત્મક પરિસ્થિતિઓ અને લોકોને આકર્ષે છે.

તમે તમારા જુસ્સાને અનુસરો છો, આથી તમે તમે જે પ્રાપ્ત કરવા માંગો છો તેના વિષે ઉત્સાહી અને સફળતાની આશા વડે ઉત્તેજીત હોવા જોઈએ. આ બાબત બીજા લોકો કે

જેઓ તમારી ઉર્જા અને પ્રયોજન વડે આકર્ષાયા હશે તેમના પર ખરેખર અમિટ અસર પાડશે. પરંતુ તમે માત્ર વાતોનાં વડાં કરનાર તરીકેની આબરૂ ઉભી કરવા ઈચ્છતા ન હોવાથી તમે લોકોને શું કહો છો અને કોને કહો છો તે વિશે સાવધાન રહેવું જરૂરી છે. જો તમે વચન પૂરું નહીં કરો તો લોકો તમને તમારી ટીપ્પણીઓ માટે જવાબદાર ઠરાવશે, માટે ઉત્સાહિત થઈ જવાનું ટાળો અને તમે જે કાંઈ પણ કહો તેને ટેકો આપી શકો તેની ખાતરી કરો.

સફળ વ્યક્તિઓ પરિણામો આપવા માટેની એક મજબૂત પ્રતિષ્ઠા વિકસાવે છે. રમતગમતના સિતારાઓ ટ્રોફીઓ જીતે છે, મહાન શિક્ષકો તેમના વિદ્યાર્થીઓને ઉચ્ચ વર્ગ મેળવવાની ખાતરી આપે છે અને આગળ પડતા ઉદ્યોગસાહસિકો નફાકારક વ્યાપારો ઉભા કરે છે.

પરંતુ તમે જે કરવાના છો, તેને ન માપવાનાં પરિણામોનો વિચાર કર્યા વગર તેના વિશે ભાવનાત્મક રીતે પડ ચડાવવું એ ઘણું જ સરળ હોઈ શકે છે વચનો નિભાવવામાં નિયમિત નિષ્ફળતા એ નબળો દેખાવ કરનારાઓનું અને વિશ્વસનીયતાનો અભાવ હોય તેવી વ્યક્તિઓનું સર્વસામાન્ય લક્ષણ છે.

હંમેશાં સાવધાન રહેવાની અને ઓછાં વચનો આપવાની ભૂલ કરવાનો અર્થ તમે વારંવાર વધુ પડતું પહોંચાડશો તેવો થશે. તે તમને ટોળાંથી અલગ પાડશે અને તમને એક વિશ્વસનીય વ્યક્તિ તરીકેનું સ્થાન આપશે જે પરિણામો આપવા પર કેન્દ્રિતતા સાથે તેમનું જીવન ગાળે છે.

“તમારી **ક્રિયાઓ** માટે તમે જેટલી વધારે **જવાબદારી** લેવા ઈચ્છો છો તેટલી તમને વધારે **વિશ્વસનીયતા** મળે છે.”

– *બ્રીઆન કોસ્લોવ*

તમારાં વચનો નિભાવવાં

તમારા શબ્દોને પરિણામો સાથે ટેકો આપવો તે તમારી પ્રતિષ્ઠાને વધુ **મજબૂત** કરે છે અને **વિશ્વસનીયતા** ઘડે છે, પરંતુ આ પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારે નીચેની બાબતો વડે બીજા લોકોની અપેક્ષાઓને સાવધાનીપૂર્વક સંભાળવી જરૂરી છે :

- તમે શું કહો છો અને કેવી રીતે કહો છો તે વિશે હંમેશાં સાવધાન રહેવું - બડાઈખોર કે ઘમંડી ન દેખાવ.

- તમે તમારું મોં ખોલો તે પહેલાં તમે કોની સાથે વાત કરો છો તે ધ્યાનમાં લેવું - વ્યક્તિને તમારો સંદેશો તૈયાર કરીને આપો.
- ક્યારેય વધારે પડતાં વચન ન આપો - નહીંતર તમે ઓછું નિભાવવાના અને લોકોને નીચા પડવા દેવાના ભયમાં છો.
- હંમેશાં તકેદારીની તરફ ભૂલ કરવી - આથી તમે અપેક્ષાઓ વધારશો.
- ભૂતકાળના દેખાવ વિશે યથાર્થતાપૂર્વક વાત કરવી - અને ભવિષ્યની સાહસિક અટકળો ટાળવી.

"વચન ઓછાં આપો અને વધારે નિભાવો. "

– ટોમ પીટર્સ

4.3

તમારી કામગીરીની પુન: તપાસ કરો

ભલે તમે તમારું સ્વપ્ન પુરું કરવા માટે કઠીન પરિશ્રમ કરતા હશો, છતાં, તમે જે કરો છો તે જો ઉત્પાદક નથી તો તમે તમારા લક્ષ્યની નજીક પહોંચી નહીં શકો અથવા તમે કરી શક્યા હોત તેટલી ઝડપથી પ્રગતિ ચોક્કસપણે નહીં કરો. એટલા માટે જ તમારી કામગીરી તમારાં લક્ષ્ય સાથે સંબધ્ધ હોય તેની નિયમિત પણે પુન:તપાસ કરવી મહત્વની છે, નહીંતર તમારી ક્રિયાઓ તમારાં સ્વપ્નથી અલગ થઈ જશે અને તમને માર્ગમાંથી બહાર ખેંચી કાઢશે.

સફળ માણસો તેઓ પોતાના લક્ષ્યો પ્રાપ્ત કરવાના માર્ગ પર છે કે નહીં તે આકારવા માટે તેમની કામગીરીનું સતત મુલ્યાંકન કરે છે. તેઓ કશું ધારી લેતા નથી અને આત્મસંતોષ ક્યારેય તેમની માનસિકતામાં પ્રવેશતો નથી.

તમારું મન જીતને એક નિયમ તરીકે સ્વીકારવા ટેવાઈ જાય છે તેથી, જ્યારે તમે અવિરત સફળતાનો દોર મેળવી લો છો ત્યારે આત્મસંતોષ અને અજેયતાની જોખમી ભાવના પ્રવેશ શકે છે. જોકે, લાંબાગાળાની ટકાઉ સફળતા આપણા પ્રયોજન તથા લક્ષ્યો સાથે જોડાયેલા

રહેવા પર બહુ જ આધારિત છે. એટલે કે તમારે વસ્તુઓ કેવી રીતે ચાલી રહી છે તેનું નિયમિતપણે ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

તમારી કામગીરી અને તમારાં વાતાવરણની સતતપણે પુન:તપાસ કરતાં રહેવી તે માત્ર તમને તમે માર્ગ પર છો તેની જ ખાતરી નહીં આપે, પરંતુ ભાવિ પડકારોની અને અણધારી પરિસ્થિતિઓની પૂર્વધારણા કરી શકવા માટેની જરૂરી દીર્ઘદૃષ્ટિ પૂરી પાડવામાં - અને તેને માટે તૈયારી કરવામાં પણ મદદ કરશે.

તમારે તમારી મહત્વાકાંક્ષાઓને આગળ વધારવા માટે તમે લાગુ કરતા હોવ તેવી પ્રવૃત્તિઓ તથા વિચાર પ્રક્રિયા બન્નેની ભાવનાત્મક ચકાસણી માટે એક પધ્ધતિ વિકસાવવી જોઈએ. તમે નિષ્ફળ જાવ કે સફળ થાવ તેની દરકાર કર્યા વગર, તમારે તમારી આંગળી તમારી પ્રગતિની નાડ પર રાખવી જોઈએ.

“**વિકાસ** અને **સર્વાંગી પરિવર્તન** માટેના સૌથી શક્તિશાળી કર્તા કોઈપણ ટેક્નિક કરતાં ઘણું વધુ પ્રાથમિક એવું કશુંક છે : **હૃદયનું પરિવર્તન**”

– જોહન વેલવુડ

પ્રગતિની નિયમિતપણે પુન:તપાસમાંથી અવિરત અંગત સુધારણા આવે છે. તે કેવી રીતે ચાલે છે અને તમે કેવી રીતે વધુ સારું મેળવી શકો તે વિચારવા માટે સમય કાઢો. તમારી આંતરિક પુન: તપાસણી પ્રક્રિયાએ પૂછવું જોઈએ કે :

- મેં પરિણામ શા માટે મેળવ્યું ?
- મેં શું સાચું અને શું ખોટું કર્યું ?
- કયા બાહ્ય પ્રભાવો એ પરિણામમાં ફાળો આપ્યો ?
- કઈ વસ્તુઓ હું વધારે કાર્યક્ષમ રીતે નિયંત્રિત કરી શક્યો હોત ?
- મારે કઈ શક્તિઓ ઘડવી જરૂરી છે ?
- પરિણામમાંથી હું શું શીખી શકું ?

"જો કોઈ વ્યક્તિ ખોટા માર્ગ પર જઈ રહી છે તો, તેને ઝડપ કરવા માટે **પ્રેરિત** કરવાની જરૂર નથી, તેને પાછા ફરવા માટે **શિક્ષિત** કરવાની જરૂર છે."

– જીમ રોન

4.4

ધ્યાનપલટા સાથે કામ પાડવું

આદર્શ રીતે, તમે શક્ય તેટલી ઝડપથી તમારા નિશ્ચિત સ્થાને પહોંચવા ઈચ્છો છો, જેથી તમે તમારાં સ્વપ્નને સફળતાપૂર્વક પૂરું કરી શકો, અને માટે જ જુસ્સો, પ્રયોજન અને ધ્યાન કેન્દ્રિતતા આટલાં બધાં મહત્વનાં છે. જોકે, તમારે એ સ્વીકારવું જરૂરી છે કે તમારાં સ્વપ્નને પૂરું કરવાનો માર્ગ વિશિષ્ટ રીતે સીધો હોય તેવી શક્યતા નથી.

તમારે એવા અવરોધોનો સામનો કરવો પડી શકે છે જેમની સાથે તમે વાટાઘાટ ન પણ કરી શકો, અથવા તમને એવું પણ લાગી શકે કે ચોક્કસ સંજોગો વડે તમે માર્ગમાંથી ચ્યૂત કરી દેવાયા છો. આ વસ્તુ કાં તો તમારી પોતાની ભૂલને કારણે થઈ હોય અથવા તમારા નિયંત્રણ બહારની ઘટનાઓને કારણે હોય. જો તમે સ્વીકારો કે આવી પરિસ્થિતિ ઉભી થઈ શકે છે, અને એ શક્યતા માટે તમારાં મનને તૈયાર કરો, તો તમે તમારી સમસ્યાની આસપાસનો માર્ગ શોધી શકો અને પાછા તમારા માર્ગ પર આવી શકો. ધ્યાન પલટા આવવાની શક્યતા છે. આથી જો તમે એ હકીકત તરફ જાગૃત હશો તો તમે તે સમસ્યાને વધુ ઝડપથી ઓળખી શકશો. તેના પર ધ્યાન આપો અને તમારાં ધ્યેયને શક્ય તેટલું ઓછું મોડું કરીને ફરી પાછા પાટા પર આવી જાવ.

ભલે, તમે તમારા સ્વપ્નમાંથી ધ્યાન ચલિત થયા છો એ ખ્યાલ આવવો તે ખલેલ ઉપજાવનાર હોઈ શકે છતાં, તમારાં લક્ષ્યમાંથી વિચલન સક્રિય અને સમજદારીભરી રીતે સંભાળવું તે મહત્વનું છે. તમારે તે આઘાત વિશે વધારે પડતા લાગણીશીલ કે વ્યગ્ર થઈ જવાનું ટાળવું જોઈએ અને તમારા તણાવના સ્તરને બને તેટલું નીચું રાખવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ જેથી તમે પહેલેથી જ જે પડકારો છે તેમાં વધારો ન કરો. વધારામાં, વધારાની વ્યગ્રતા તમારાં મનને

ધૂંધળુ બનાવશે અને સીધું વિચારવાનું અને સમસ્યામાંથી બહાર નીકળવાનું આયોજન કરવાનું વધું મુશ્કેલ બનાવશે.

સમજો કે આ માત્ર એક નાનો આઘાત છે અને ઠંડા રહો જેથી તમે વહેલા કે મોડા તમારા માર્ગનું ફેર આયોજન શરૂ કરી શકો.

"અંધકારને શાપ દેવા કરતાં એક મીણબત્તી **સળગાવવી** તે વધુ સારું છે."

– ચાઈનીઝ કહેવત

તમારો આંતરિક કંપાસ ફરી ગોઠવવો

તમારા સફળતાના માર્ગમાં એક ધ્યાનપલટા સાથે વ્યવહાર કરવાની સમસ્યા તરફ જોવાનો સારો માર્ગ તમારી **માનસિકતાને** એવા તરીકે જોવાની છે જે એક સેટેલાઈટ નેવીગેશન સીસ્ટમ ઉપગ્રહ યાતાયાત પધ્ધતિની જેમ કાર્ય કરે છે. ભલે ગમે તે થાય, જો તમે તમારા સ્વપ્ન પર સાવધાનીપૂર્વક ધ્યાન આપ્યું છે, તો પછી તમારી યાત્રા દરમ્યાન ભલે ગમે તે થાય તમારું ઉદ્દિષ્ટ સ્થાન નિશ્ચિત છે. જ્યારે તમે એક ખોટો વળાંક લો અથવા એક ખસેડી ન શકાય તેવા અવરોધ સામે આવી જાવ ત્યારે એક સેટનેવ પધ્ધતિ તમારે લેવા માટેનો **નવા મા** ર્ગની ફેર ગણતરી કરશે - અને તમારે તે જ વલણ લેવાની જરૂર છે. આદર્શ રીતે તમે જ્યાં હોવા ઈચ્છો છો ત્યાં શક્ય તેટલી ઝડપે પહોંચવા માંગો છો, પરંતુ માર્ગમાં વક્રગમન પણ હજી તમને ત્યાં લઈ જશે. હકીકતમાં, સમયોપરાંત તમે એક કંપાસ જેવી માનસિકતા વિકસાવી શકશો જે આપોઆપ જ તમારી ક્રિયાઓને જ્યારે જરૂર ઉભી થાય ત્યારે એક **નવા માર્ગ** તરફ લઈ જઈ શકે.

"લોકો હંમેશાં પોતે જ્યાં છે તેને માટે તેમના સંજોગો ને દોષ દે છે. હું સંજોગોમાં માનતો નથી. જે લોકો આ દુનિયામાં સમાઈ જાય છે તે એવા લોકો છે જેઓ તેઓ ઈચ્છે છે તે સંજોગો માટે ઉભા થાય છે અને શોધે છે, અને જો તેઓ તેમને શોધી ન શકે તો તેમને સર્જે છે."

– જ્યોર્જ બર્નાડ શો

4.5

સફળતાની પાછળ પડો ધનની નહીં

તમારાં સ્વપ્ન માટેની ઝંખનામાં તમે ક્રિયા કરવામાં કુદી પડો છો ત્યારે તમારાં સ્વપ્નને સિધ્ધ કરવાના ૧૦૦% પ્રયત્નો સમર્પિત કરી દેવા તે મહત્વનું છે. જો માર્ગ તમે ઈચ્છયો હતો તેવો સીધો નથી, જેમાં નિષ્ફળતાઓને જીતવાની છે અને અડચરણો પાર કરવાની છે, ત્યારે તમે હજી પણ તમારા અંતિમ ઈનામ તરફ આગળ વધી રહ્યા છો. એ ખાતરી કરવી પણ મહત્વની છે કે તમે તમારાં સ્વપ્ન અને મુલ્યોને અણીશુધ્ધ રાખો, જેથી જ્યારે તમે તમારાં લક્ષ્ય સુધી પહોંચો ત્યારે તમે તેને જે તમે યોગ્ય રીતે પ્રાપ્ત કરી છે તે શુધ્ધ સભાનતા સાથે તેને સંપૂર્ણપણે માણી શકો.

સફળતા સાથે જોડાયેલ બીજો એક ઘટક છે જે માત્ર તમને સહેલાઈથી તમારી યાત્રામાંથી વિચલિત અને તમારાં સ્વપ્ન માટેના પ્રયત્નોમાંથી માર્ગચ્યુત ન જ કરી શકે, પરંતુ તમારાં ધ્યેયને પૂરું કરવાનાં તમારાં ધ્યેય પરનાં ઉત્સાહની ભાવનાને મંદ પણ પાડી શકે - તે છે પૈસા.

માત્ર એકલા પૈસા વડે જ પ્રેરિત હોવું તે તમને તમારાં મૂળભુત સ્વપ્ન તરફ અંધ બનાવી દેશે અને તમે તમારાં સાચાં સ્વપ્નને હાની પહોંચાડે તેવી રીતે નાણાંકીય પ્રાપ્તિને તમારો વ્યવસાય બનાવવાની દિશામાં ફંટાઈ જશો. ધનનો ચળકાટ એટલો તેજસ્વી છે, અને તેનું ખેંચાણ એટલું મજબૂત છે, કે તમે હજી પણ તમારાં સ્વપ્નને પરિપૂર્ણ કરવાના તમારા માર્ગ પર જ છો તેવું માની શકો છો, જ્યારે હકીકતમાં તમારી બધી જ ઉર્જા શક્ય તેટલી રોકડ એકઠી કરવા તરફ જ સમર્પિત હોય છે. સમસ્યા એ છે કે, પૈસા તો ક્યારેય પૂરતા લાગતા જ નથી અને તેથી આ રમતનો કોઈ અંત કે છેવટની પરિપૂર્ણતા હોતી નથી.

પૈસા માટેની તમારી તરસમાં, તમે સંબંધો અને બીજા લોકોની જરૂરીયાતોનાં મહત્વને વણદેખ્યું કરશો. તે લોભ, ઈર્ષા, દંભ, સ્વાર્થીપણું અને છેતરપીંડી ને ઈંધણ પૂરું પાડી શકે છે. માત્ર નાણાકીય પ્રાપ્તિ વડે પ્રેરિત થયેલ કોઈ પણ વ્યક્તિ પોતાની જાતને બીજાઓ વડે મનમાંથી ઉતરી જવાનું અને સ્વકેન્દ્રિ અને મામૂલી તરીકે જોવાવાનું જોખમ ઉઠાવો છો. સંપત્તિ એકઠી કરવામાં તમે ગમે તેટલા સફળ થયા હો, શું આ સાચી સફળતા છે ?

નાણાંકીય પ્રાપ્તિ એ તમારું સ્વપ્ન સિધ્ધ કરવા તરફની તમારી યાત્રાની આડપેદાશ હોઈ શકે, અને તે ચોક્કસ તમારી તરસમાં ઈંધણ બની શકે, પરંતુ તમારે હંમેશાં તેને આ રીતે જ જોવું જોઈએ અને તમારા પ્રયત્નો તમારાં ખરાં સ્વપ્નને પૂર્ણ કરવામાં જ કેન્દ્રિત રહે તેની ખાતરી રાખવી જોઈએ, કારણ કે ખરો સંતોષ તેમાં જ પડેલો છે.

"**પૈસાને** તમારો પરમેશ્વર બનાવો અને તે તમને **શેતાનની** જેમ હેરાનપરેશાન કરી નાખશે."

– હેન્રી ફેલ્ડીંગ

પૈસો તમારાં સ્વપ્નને ખરીદી શકતો નથી.

ધન એકઠું કરવું તે ઘણી વખત વ્યક્તિની સફળતા માટેની પ્રેરણામાં એક મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. સંપત્તિ મોટેભાગે આપણને જે ઈચ્છીએ તે કરવા દેવાની આઝાદી સૂચવે છે. જો તમે એક મહત્વાકાંક્ષી ઉદ્યોગપતિ અથવા કર્મચારી છો, તો તમે એ બાબતની ખાતરી કરવા ઈચ્છશો કે તમારાં **વળતરો** યોગ્ય મહેનતાણાનાં પેકેજ સાથે મેળ ખાતા હોય. એક મહત્વના હેતુ વખતે તમારે તમારાં ધ્યાનને નાણાકીય વળતર અને **સફળતા** અને **પ્રાપ્તિ** વચ્ચે **સંતુલિત** કરવું જોઈએ. પૈસો એ તમને તમારા સ્વપ્નને પ્રાપ્ત કરવાની વધુ નજીક લઈ જનાર મુખ્ય સાધન હોઈ શકે. પરંતુ તેને માત્ર આ રીતે જ જોવાવો જોઈએ. તેને પોતાને જ એક લક્ષ્ય તરીકે જોવાવો ન જોઈએ.

"કોઈપણ વ્યક્તિના જીવનનો સૌથી **અંધારીયો** કલાક ત્યારે છે જ્યારે તેઓ **કમાયા** વગર પૈસા કેવી રીતે મેળવવા તેનું આયોજન કરવા બેસે."

– હોરાસ ગ્રીલી

4.6

સ્પર્ધાને અપ્રસ્તુત ગણો

તમે શેને માટે ઝંખો છો તેના આધારે, સફળતા તરફના માર્ગ પર તમને કોઈક આકાર અથવા પ્રકારે સ્પર્ધાનો સામનો થવાની શક્યતા છે. તમારા શત્રુઓ તરફ તમે જે વલણ આપનાવો તે કોઈ ફેરફાર વગર તમને તેમની સાથે સરખાવતા હોવા તરફ દોરી જશે. જ્યારે તમારા સ્પર્ધકો જે કરે છે તેના માટે તંદુરસ્ત માન જાળવવાની જરૂર છે ત્યારે જ તમારે તમે "હું પણ" વાળો વિકલ્પ - ટોળાંનો માત્ર એક ભાગ - ન બની જાવ તેની પણ ખાતરી રાખવી જોઈએ.

પ્રણાલિકાગત ડહાપણ આપણને, ખાસ કરીને પ્રસ્તાવ કામગીરી, વલણ અને પ્રાપ્તિના સંબંધમાં સ્પર્ધા સામે આપણી જાતને સ્થાપિત કરવાનું શીખવે છે. પરંતુ જો તમે સ્પર્ધકની સરખામણીનો ઉપયોગ તમારી વ્યુહરચનાને આકાર આપવા માટે કરો તો તમે તમારા લક્ષ પરનાં જુથ અથવા હિસ્સેદારોના સમુદાયની કલ્પનાને પકડવામાં નિષ્ફળ જવાનું જોખમ ઉઠાવશો કારણ કે તમને તેમાંના જ એક તરીકે જોવામાં આવશે. તમારે માત્ર બીજા એક "ખેલાડી" હોવાનું ટાળવું જોઈએ.

જ્યારે તમે તમારી અજોડ લાયકાતો અને આપવાની વૃત્તિને તમારા શ્રોતાઓની પરિપૂર્ણ ન થયેલી જરૂરિયાતો સાથે જોડો ત્યારે લાંબાગાળાની ટકાઉ સફળતા સિધ્ધ થઈ કહેવાય. તમારી હરીફાઈ શું કરે છે તેના પર વધારે પડતું ધ્યાન આપવું તે તમને માત્ર તેમના વલણની નકલ કરવા તરફ દોરી જશે.

આવી માનસિકતા વિકસાવીને તમે તક તરફ માત્ર વર્તમાન માંગને સંતોષવાને બદલે છૂપી જરૂરિયાતોના પરિપ્રેક્ષ્યથી જોવાનું શરૂ કરશો. સ્પર્ધકોનો પીછો કરવા માટે તમને તમે જાણે સતત પાછું વાળીને જોયા કરવા સાથે રેસમાં દોડતા હોવ તેવું લાગશે - છેવટે તમે ઠોકર ખાશો.

"તમારા હરીફ કરતાં વધુ ઝડપથી શીખી લેવાની **આવડત** એ કદાચ એક માત્ર ટકાઉ સ્પર્ધાત્મક **લાભ** હોઈ શકે."

– એરી દ ગેઉસ

અલગ હોવાની હિંમત કરો.

નવી વિચારધારા કહે છે કે તમારે સ્પર્ધાને નીચેની બાબતો વડે લગભગ અપ્રસ્તુત બનાવવી જોઈએ :

- તમે જે કરો અને આપો તેમાં સાચા અર્થમાં **અજોડ** હોઈને.
- એવો પ્રસ્તાવ પૂરો પાડીને જે વધુ લાંબો સમય ચાલે.
- એક વ્યસ્ત કરનાર તથા અનપેક્ષિત અનુભવ આપીને જે ટકાઉ સકારાત્મક છાપ છોડે છે.
- એવી સેવા પૂરી પાડીને જે તફાવત ઉભો કરવાની એક **પ્રમાણિક** આકાંક્ષા પ્રદર્શિત કરે.

તમારાં લક્ષ્ય પરનાં જુથની જરૂરિયાતો વિશે વિચારો :

- તેઓ કયા પડકારોનો સામનો કરે છે ?
- તમે તેમની જીંદગીને કેવી રીતે વધુ સરળ બનાવી શકો ?
- વર્તમાનમાં એવું શું છે જે બીજાઓ વડે પૂરું નથી પડાતું ?
- અપેક્ષાનું સ્તર શું છે અને તમે કેવી રીતે ચડીયાતા થઈ શકો ?

આ રીતે વિચારીને તમે એવી વ્યક્તિ અથવા સંસ્થા બની શકો જેને બધા વિચાર આગેવાન, જ્ઞાનના અવાજ તરીકે જોવે છે - એટલે કે તમે પ્રમાણભૂતતા માટેની પ્રતિષ્ઠા વિકસાવી છે.

"**હરીફાઈ** માં મળનારી - તમારી અંદર રહેલ શ્રેષ્ઠ તત્વને આગળ મૂક્યાની - લહેજતનો સ્વાદ લો."

– હેન્રી જે. કૈસર

4.7

તમારી તાલીમબધ્ધતા આપો

સાચાં જોમ સાથે તમારાં સ્વપ્નને આગળ વધારવાના હેતુ સાથે તમારા જુસ્સા અને પ્રયોજનની ભાવના પર નિયંત્રણ કરવું તે તમને શક્ય તેટલી ઝડપે તમારા લક્ષ્ય તરફ આગળ લઈ જવામાં મદદ કરશે. પરંતુ તમારી શરૂઆતની ઉત્તેજના એ નહીં હોય જે તમને સમાપ્તિ રેખા ઉપર લઈ જાય. માર્ગમાં આવતા અનુભવોની વિપુલ સંખ્યામાંથી શીખવું અંગત રીતે અને વ્યાવસાયિક રીતે વિકસવું અને પ્રગતિ કરવી, અને પછી નવા જ્ઞાન અને કુનેહોનો તમને વધુ આગળ લઈ જવા અને પ્રક્રિયાને ગતિ આપવા ઉપયોગ કરવો તે સફળતાની ચાવી છે.

સફળતાનું સાચી રીતે મુલ્યાંકન કરવા માટે તમારે તેને માટે તૈયાર રહેવું જરૂરી છે ખરેખર તો, તમારી તાલીમબધ્ધતા આપવી એ ડહાપણ છે, કારણ કે ત્યારે તમે તમારી સિધ્ધિઓ સાથે સહકાર કરવા વધુ સક્ષમ હશો અને વધુ મહાન વસ્તુઓ તરફ તેમનાથી પણ આગળ દબાણ લાવશો. ત્યાં વધારે પડતું જલ્દી પહોંચી જવું અને પૂરતા પ્રયત્નો ન કરવાનો અર્થ થશે કે તમે તમારી સફળતામાંથી મહત્તમ બદલો નહીં લણો.

ઘણા બધા લોકો તેના હકદાર થવા પહેલાં જ તેની કીર્તિ માટે મથે છે. જે વ્યક્તિઓમાં સ્વ-જાગૃતિનો અભાવ હોય તેઓ પણ ઘણીવાર તેઓ તેમની ઈચ્છાઓને ન્યાયપૂર્ણ ઠેરવવા માટેના જરૂરી સ્તરો સુધી પહોંચવામાં નિષ્ફળ ગયા હોય તો પણ, બક્ષિસ, વખાણ અને નાણાકીય પ્રાપ્તિ ઈચ્છે છે. આવી સર્વસામાન્ય વર્તણુક એવા લોકોમાં હોય છે જેઓ તેમના સમય અને પ્રયાસોને તેમના પોતાના અને તેમના લક્ષ્યોનો વિકાસ કરવામાં લગાડવામાં ઈચ્છતા નથી હોતા.

તમારું ધ્યાન જે મહત્વનું છે તેના પર અને તમે પોતે જે લક્ષ્યો નક્કી કર્યા છે તેના પર કેન્દ્રિત રાખો. ઝળહળાટ અને મોહિની અતિશય લલચાવનાર હોઈ શકે છે. તેઓ આપણા પ્રમાણિક ઈરાદાઓને કચડી નાખી શકે છે. તેઓ આપણા પ્રમાણિક ઈરાદાઓને કચડી નાખી શકે છે. તમારા સ્વપ્નને સિધ્ધ કરવાનું ઈનામ મેળવવું તે જીવન તરફથી મળેલ અત્યંત વળતર આપનાર ચુકવણી છે. તે તમારી પ્રયોજનની ભાવનાને પણ પોષે છે. તમે જે પ્રાપ્ત કર્યું છે તેને માટે ઓળખાવું તે એક આધ્યાત્મિક સહાય આપે છે અને તમને આગળ વધવા માટે અને હજી વધુ સિધ્ધ કરવા માટે અતિશય પ્રેરક બળ બને છે.

"જ્યારે તમને ઓળખવામાં ન આવે ત્યારે ચિંતા ન કરો, પરંતુ પિછાણને લાયક બનવા માટે મથો."

– અબ્રાહમ લીંકન

બીજાની પઠ પર ચડીને આગળ ન વધો.

સાચી પીછાણ તમારી તાલીમ મુજબ કામ કરીને અને તમે જે કરો છો તેમાં નિપુણ તરીકેની પ્રતિષ્ઠા પ્રમાણિકપણે વિકસાવીને આવે છે. લોકો તમારા તરફ વળે છે, સલાહ લે છે અને તમારા અભિપ્રાય વિશે પૂછે છે કારણ કે તમે વિશ્વસનીય છો. જ્યારે તમે ઈનામની સામે પલ્લે બેસે છે તે શિક્ષણ અને વિકાસ પ્રક્રિયાને કુદાવી જાવ છો ત્યારે તમે વિશ્વસનીયતા ગુમાવવાનું અને ગંભીરતાથી ન લેવાવાનું જોખમ ઉઠાવો છો. સમયનો વ્યય કરનાર તરીકે જોવાવાનું ટાળો. સફળ માણસો ઈનામ મળવાનો હક્ક કમાય છે. પરંતુ તેઓ તેને યોગ્ય ક્રમમાં મેળવે છે - **પ્રથમ સફળ થાવ** પછી **અભિવાદન** ઈચ્છો.

"એવી બે વસ્તુઓ છે જે લોકો સેક્સ અને ધન કરતાં પણ વધારે ઈચ્છે છે.... **માન્યતા અને પ્રશંસા.** "

– મારી કે એશ

4.8

ટૂંકા રસ્તા લેવાથી ચેતો

ભલે તમે જ્યાં હોવા ઈચ્છો છો ત્યાં શક્ય તેટલી ઝડપથી પહોંચવા ઈચ્છશો, પરંતુ સફળ થવા માટે તમારે જેની જરૂર પડશે તે અનુભવો અને કુનેહો મેળવવા માટે તમારા બધા જ પ્રયત્નો સમર્પિત કરવા તે ટૂંકા રસ્તા શોધવા માટેના વિચારો કરવામાં સમય ખર્ચવા કરતાં વધારે મહત્વનું છે.

"ઝડપથી ધનવાન બનો" અને સફળતાના "સરળ" માર્ગો એ તાજેતરનાં વર્ષોમાં માધ્યમ પર વર્ચસ્વ જમાવ્યું છે. પરંતુ સત્ય એ છે કે તેઓ ભલીભોળી વ્યક્તિઓ માટે અવાસ્તવિક અપેક્ષાઓ સર્જે છે. જો કાંઈક સત્ય હોવા માટે વધારે પડતું સારું લાગતું હોય, તો મોટેભાગે તેમજ હોય છે. અને ભલે કદાચ આવી યોજના તમને શક્તિશાળી રીતે ઝડપી માર્ગ પર મૂકી દેતી દેખાય તો પણ, તમે માર્ગમાં અનિવાર્યપણે પાટા પરથી ઉતરી જ જશો.

વધુમાં, જો તે કામ કરે અને તમને ઝડપથી સફળતા મેળવવા તરફ આગળ વધારે, તો તમે તેને માટે તૈયાર હો તેવી શક્યતા ઓછી છે, એટલે કે તમે સહેલાઈથી તેના પરની પકડ ગુમાવો અને તેને તમારા હાથમાંથી સરકી જવા દો. એવું પણ બને કે, મોટા ભાગના સફળ લોકોએ તેમનાં સ્વપ્નને આગળ ધપાવવામાં જે પ્રયાસો અને સમર્પિતતા મૂકવાં પડે છે તે તમે પ્રદર્શિત કર્યા ન હોવાથી, લોકો તમને નાસ્તિકતાથી જોશે, જે તમારે માટે આદર અને વિશ્વસનીયતા પ્રાપ્ત કરવાનું મુશ્કેલ બનાવશે.

જો, તમારી અનુકુળતા મુજબ, તમે પણ નિયમોને મરડવા લલચાઈ ગયા છો, તો તમને અવ્યાવસાયીક અને કદાચ છેતરનાર તરીકેનું નામ આપવામાં આવશે, જે તમારી પ્રતિષ્ઠાને ગંભીરપણે નિસ્તેજ કરી શકે છે. આ બધું મળીને તમારી ઝડપથી ઉદય અને નાટકીય અસ્તની તકો વધારી શકે છે.

ઘણા બધા લોકો તેમની કુદરતી પ્રતિભાનો વ્યય કરે છે અને સફળતા માટે જે અતિ આવશ્યક છે તે જરૂરી પ્રયાસ લગાડવામાં નિષ્ફળ જાય છે. ટૂંકા માર્ગો લેવા તે તમને અંધારી ગલી તરફ દોરી જશે. તમને તમારા આરોહરણનું આયોજન સાવધાનીપૂર્વક કરવાની ઘણી સારી સલાહો આપવામાં આવશે, જેથી જ્યારે તમે શિખર પર પહોંચો ત્યારે તમે લાંબા સમયગાળા સુધી ત્યાં ટકી શકો.

"જવા **યોગ્ય** કોઈ પણ સ્થાન માટે **ટૂંકા માર્ગો** હોતા નથી."

– બેવર્લી સીલ્સ

મજબૂત પાયો

લાંબાગાળાની સફળતા સુરક્ષિત કરવા માટે ચાલાકીથી કામ કરવું તે એ વસ્તુ છે જે તમે પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છતા હશો, એટલે કે :

- તમારા સમયનું **અસરકારક** રીતે વ્યવસ્થાપન કરવું.
- કઈ વ્યૂહરચનાઓ પ્રયત્નનો વ્યય ટાળશે તે વિશે સ્પષ્ટ હોવું
- તમારા વલણને સતત પડકાર આપતાં રહેવું.
- તમારી જાતને તમે ગોઠવેલાં **લક્ષ્યો** યાદ અપાવવાં

- એ સમાજનો હિસ્સો બનવું જે તમે જે **આકાંક્ષા** રાખો છો તે પ્રાપ્ત કરવામાં તમને મદદ કરે.

તમારા મગજને બુધ્ધિપૂર્વક કાર્ય કરવા માટે ટેવ પાડો. એટલે કે નીચેની બાબતો માટે સમય કાઢવો :

- વિચારવું અને પ્રત્યાઘાત
- સ્વ વિકાસ અને શિક્ષણ
- ચાલાક રીતે કરાયેલ કઠીન પરિશ્રમ

આવા સાદા પરંતુ નક્કર પાયાના અમલ વડે, તમે તમારા મનને જે કાંઈ પણ સિધ્ધ કરવા માટે ઢાળશો તેમાં ઉપર ચડશો.

"**વિજેતાઓ** જાણે છે કે શિખર પર પહોંચવાના કોઈ ટૂંકા માર્ગો હોતા નથી. તેઓ પર્વત પર **એક સમયે એક પગલું ચડે છે** . હેલીકોપ્ટરનો તેમને કોઈ ઉપયોગ નથી."

– જુડી એડલર

4.9

ક્ષણને ઝૂંટવી લો

તમારાં સ્વપ્નની પ્રવૃત્તિમાં ક્યારે પગલું ભરવું તે સમજવું અને તમારા દૃઢનિર્ધાર માટે હિંમત હોવી તે પગલું ભરવાનો અતિઆવશ્યક ભાગ છે. એ તકને ઓળખવી જે શક્યત: તમને તમારા લક્ષ્ય તરફ આગળ વધારી શકે, તે એક વાત છે અને તેનો મહત્તમ ઉપયોગ કરવા માટેના જરૂરી સાધનો તમે એકઠા કરી લીધાં છે તે સમજવું અને પછી તે અદૃશ્ય થઈ જાય તે પહેલાં ઝડપથી અને નિશ્ચિયપૂર્વક પગલું ભરવું તે બીજી વાત છે. તકને તમારી પાસેથી પસાર થઈ જવા દેવી તે ખૂબ સરળ બની શકે છે.

તમે કદાચ તેની નિશાનીઓ જોવાને બદલે બીજી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવામાં વધારે પડતા વ્યસ્ત હોઈ શકો છો. તેમાં સમાવિષ્ટ જોખમનો ડર તમને વધારે પડતા લાંબા સમય સુધી અચકાવાનું કારણ બની શકે છે, જેથી કરીને તમે તક ગુમાવો છો - અથવા તેનાથી પણ હતાશાજનક બાબત એ છે કે, કોઈક તમારા નાક નીચેથી તેને ઝૂંટવી જાય. તમને એવી ચિંતા પણ હોઈ શકે કે જો તમે તે તક ઝડપો અને નિષ્ફળ જાવ તો તમારા મિત્રો, સહકર્મીઓ અને સાથીદારો પાસે મૂર્ખ ઠરો.

જોકે, વાસ્તવિકતા એ છે કે, તમે જીતો કે ન જીતો, તકને ઝડપવા માટે તમે માનપાત્ર બનો. તેનાથી પણ વધુ, જ્યારે તક ઉભી થાય ત્યારે તેને ઝડપી લેવાના પ્રયાસોનો તમે જેટલો વધુ અભ્યાસ કરો, તેટલી તમારી સફળતાની શક્યતાઓ વધારે. માટે ઘણા કિસ્સાઓમાં તમારે તમારી જાતને દૃઢ કરવી જોઈએ, તમારા સુખ સગવડનાં કોચલાંમાંથી બહાર ધકેલવી જોઈએ અને એ વસ્તુઓ કરવી જોઈએ જે ક્ષણને ઝડપવા માટે કુદરતી રીતે નથી આવતી.

સફળતા અને નિષ્ફળતા વચ્ચે અતિ સૂક્ષ્મ રેખા છે, અને તે પગલું ભરવું કે નહીં તે હોઈ શકે છે. આથી તમારે સતત તમારી જાતને યાદ કરાવતા રહેવું જોઈએ કે જો તમે તમારા લક્ષ્યને સિધ્ધ કરવા માંગતા હોવ તો જો તમે સંજોગો વડે રજુ કરાયેલ સાનુકુળ સંજોગો ફાયદાઓ ન ઉઠાવો તો તે બનશે નહીં.

“૮૦% સફળતા **દેખાડો કરવામાં** છે.”

– વુડી એલન

પ્રવૃત્તિના મુદ્દાઓ

સફળતામાં સંશોધનમાંથી વારંવાર મળતાં પરિણામો દર્શાવે છે કે પગલાં ભરવાં તે એક માત્ર સૌથી મહત્વનો ફાળો આપનાર ઘટક છે. સફળ માણસો પગલાં ભરે છે કારણ કે તેઓ :

- જાણે છે કે લક્ષ્યો **વાસ્તવિક** તા માત્ર ત્યારે જ બને છે જ્યારે અમલીકરણ શરૂ થાય છે.
- તેઓ તેમનાં જીવન અથવા કારકીર્દિમાં જે પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છે છે તેને ચૂકવા નથી માંગતા.
- તેમના સુખ સગવડના પ્રદેશમાંથી ભાગી છૂટે છે.

- તેમના **પ્રયોજન** તરફ સાચા છે - તેઓ સ્વપ્ન વાસ્તવિકતા બને તેમ ઈચ્છે છે.
- ક્ષણને ઝડપે છે કારણ કે તેઓ તે ક્ષણમાં જીવે છે !

ફરી જ્યારે તક તમારી સામે આવે ત્યારે તેને માટે આગળ વધો અને ક્ષણને ઝડપી લો. જ્યારે તમે તમારી જાતને આ રીતે કામ કરવા તાલીમ આપો છો, ત્યારે સફળતા એક આદત બની જાય છે અને વધુ તકો તમારી સામે આવે છે !

"મહાન બુધ્ધિશાળીઓ પાસે પ્રયોજનો હોય છે, બીજાઓ પાસે ઈચ્છાઓ હોય છે."

– વૉશીંગ્ટન ઈર્વીંગ

4.10

ક્યારેય છોડી ન દો (આધીન ન થાવ)

તમારા સફળતાના માર્ગ પરનો એક મહત્વનો ઘટક છે સંકલ્પ. તમે કેટલા પ્રેરિત છો, તમે તમારી સાથે પ્રયોજનની કેટલી મહાન ભાવના લઈને ચાલો છો, તમે તમારા જુસ્સાને કેટલો બધો અનુસરવા ઈચ્છો છો અથવા તમારું સ્વપ્ન કેટલું સ્પષ્ટ છે તેનાથી કોઈ ફરક નથી પડતો. જો તમારામાં તમારા ધ્યેયની આરપાર જોવાની દૃઢતા અને સંકલ્પ નહીં હોય તો તમારું ધ્યેય સમાપ્તિ રેખાની પહેલાં જ પૂરું થઈ જશે. જો તમે છોડી દેશો તો તમે ક્યારેય સફળતા નહીં મેળવે અને તમારી અગાઉની સખત મહેનત વ્યર્થ જશે. ભલે આ બહુ દેખીતી બાબત લાગે છે, પરંતુ આ વિચાર જ્યારે તમને હવે વધારે ખેંચી શકાય તેમ નથી તેવું લાગે ત્યારે તમારી જાતને યાદ દેવરાવવા માટે તમારી સાથે રાખવી જરૂરી છે જેથી તમે તેનો ઉપયોગ તમારા સંકલ્પનાં ઈંધણ તરીકે કરી શકો.

છોડી દેવું એ વાક્યાંશ સામાન્ય રીતે સફળ માણસો સાથે જોડાયેલું નથી. કારણકે તેમની પ્રયોજનની ભાવના એટલી મજબૂત હોય છે કે તેઓએ પોતાને માટે જે પરિણામો નક્કી કર્યો છે તે પ્રાપ્ત કરવા માટે તેઓ ગમે તે કરશે. જ્યારે તમારી સામે પડકારો આવે, ત્યારે તમને

પ્રશ્ન થાય કે તે તમારી ઝંખના માટે ચાલુ રાખવા યોગ્ય છે કે નહીં. જ્યારે આ વસ્તુ તમારી સાથે બને ત્યારે તમારી જાતને પૂછજો કે તમારું લક્ષ્ય તમારે માટે કેટલું મહત્વનું છે ?

મહત્વાકાંક્ષી લોકો માત્ર તેઓ ઈચ્છે છે તે સિધ્ધિઓ જ જોવે છે. એટલે કે તેમના મનની સ્થિતિ તેમને નકારાત્મક ભાવનાઓ તરફ નથી ખેંચી જતી જે તેમની પ્રવૃત્તિઓને ભાંગીને ભૂક્કો કરી નાખનાર પડાવ પર લઈ જાય. તમે તમારી ક્ષમતા અને જીત માટેની ભૂખ માટે નિયમિતપણે પ્રશ્ન કરશો - તેમ કરવું એ માનવ સ્વભાવ છે. જોકે, આગળ વધવાનું ચાલુ રાખવા માટે, તમારે ઝડપથી આગળ વધવાની, ઉંડું ખોદવાની અને જરૂરી પ્રેરણા શોધી કાઢવાની જરૂર છે. નિરાશા એ અનિવાર્યપણે સફળતાના માર્ગ પર અટકાવનાર બિંદુ બનશે. જોકે, તે તમારું છેવટનું સ્થાન ન બને તેની ખાતરી કરો.

તમે શું ઈચ્છો છો અને તમે શું પ્રાપ્ત કરશો તે તમારી જાતને દૃઢપણે કહ્યા કરો. જેટલું વધારે તમે તમારી જાતને કહ્યા કરશો કે કશું પણ શક્ય છે, તેટલુ વધારે તમે તમારા પોતાનામાં માનતા થશો. આ વસ્તુ એક અતિશય શક્તિશાળી આંતરિક પ્રેરકબળ બને છે જેનો તમને તમારા માર્ગમાં ભેટો થવાનો છે તે પડકારો અને સમસ્યાઓ માટે મારણ તરીકે કાર્ય કરે છે.

“જ્યારે આગળ વધવાનું **મુશ્કેલ** હોય છે, ત્યારે **આગળ વધે છે** તે વિરલા છે.”

– બીલી ઓશન

ઉંડું ખોદવું

દૃઢ સંકલ્પ એ સફળતાનાં સૂત્રોનું ઉચ્ચ વળતર મેળવેલ ગુણધર્મ છે - એક બળ જે તમે જ્યારે નીચેની બાબતો કરો છો ત્યારે ફાળો આપે છે :

- એ સમજવું કે તમે તમારા લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવાની **કેટલી** ઈચ્છા ધરાવો છો.
- જો તમે તમારું લક્ષ્ય સિધ્ધ નહીં કરો તો તમને કેટલું ખરાબ લાગશે તે સમજવું.
- તમે જે ઈચ્છો છો તે મેળવવાની વધુને **વધુ નજીક** જવું - લક્ષ્ય વધુ **વાસ્તવિ** ક બની જાય છે.
- તમે તમારા જીવન અને કારકીર્દિ પાસેથી શું ઈચ્છો છો તે વિશે સ્પષ્ટતા હોવી.

જેમ તમારો સંકલ્પ **બળવત્તર** બને છે તેમ તમે છોડી દો તેવી શક્યતા ઓછી **થાય** છે.

“એક **વિજેતા** એ છે જે ત્યારે ઉભો થાય છે જ્યારે તે ન થઈ શકતો હોય.”

– જેક ડેમ્પસન

પ્રતિભા, સ્વજાગૃતિ,
સંભાળ લેવી, ગર્વ, મુલ્યો
અને સ્વાસ્થ્ય, આદાન-
પ્રદાન, **શક્યતા,** કુનેહ,
સશક્તિકરણ.

પાચમું કદમ
તમારું જુથ બનાવો 5

કોઈપણ સફળ વ્યક્તિ તમને કહેશે કે તેમનાં લક્ષ્ય પૂરાં કરવા માટે બીજા સાથે કામ કરવું અતિઆવશ્યક છે. એટલે કે તમે જે કાંઈપણ કરો તેમાં તમારે જુથનું વલણ લેવું જોઈએ - ભલે તેમાં આગેવાની કરવાનો કે તેના એક ભાગ હોવાનો સમાવેશ થતો હોય. તમારે એક જુથ અને સહકારદાયક માનસિકતા રાખવી જોઈએ - આ જુથ તમારા મિત્રો, સહકર્મીઓ અથવા તમારી ટીમ અથવા કદાચ આ બધાનું એક સંયોજન હોઈ શકે.

તમે તમારી જાત સાથે પ્રમાણિક અને તમારી શક્તિઓ તથા નબળાઈઓ વિશે સાચા હોવા જોઈએ. પછી તમારે જ્યાં મદદની જરૂર હોય ત્યાં સ્થાપિત થવું જરૂરી છે. તમે જે કુનેહની શોધમાં છો નક્કી થઈ જાય પછી, તમે યોગ્ય વ્યક્તિત્વવાળા યોગ્ય પ્રતિભાવાન લોકો શોધી કાઢો તે અતિઆવશ્યક છે. આમાંનું કોઈપણ તત્ત્વ ખોટું પડે તો તમારું જુથ તમને તમારા લક્ષ્ય તરફ મદદ કરવાને બદલે તમારા ધ્યેયમાં વિઘ્ન ઉભું કરી શકે અને સૌથી ખરાબ તો એ થાય કે તમને માર્ગચ્યુત કરી શકે.

આ પ્રકરણ માત્ર સાચી રીતે જુથનું ગઠન કેમ કરવું તે જ નથી દેખાડતું, પરંતુ તમે તમારા વર્તમાન જુથમાંથી મહત્તમ કેવી રીતે મેળવી શકો જેથી તમારા સ્વપ્ન તરફની સાચી દિશામાં વધુ ખાતરીપૂર્વક અને ઝડપથી આગળ વધી શકો, તે પણ જોવે છે. છેવટે તો, તમારી પોતાની શરતોએ સફળ થવાની સૌથી નજીકની વસ્તુ, તમે જે લોકો તમારી સાથે મહેનત કરી છે તેમની સાથે તમારી સફળતા વહેંચો તે છે.

5.1

તમે એકલા કાર્ય ન કરી શકો

તમારાં સ્વપ્નને સમજવાના ધ્યેય પર ખૂબ જ કેન્દ્રિત એવા કોઈક તરીકે, તમને કદાચ સફળતા માટેના એક જ મન વડે એકલા કામ કરવાની લાલચ થઈ આવે. પરંતુ એ ન ભૂલો કે તમારા પ્રાથમિક લક્ષ્યોમાંનું એક શક્ય તેટલી ઝડપે ત્યાં પહોંચવાનું હોવું જોઈએ અને બીજા લોકોની મદદનો આશ્રય લેવો તે તમને તમારા માર્ગ પર આગળ વધવામાં ગતિ આપી શકે.

તમારાં ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારો તમારી ક્ષમતાઓમાં ઉચ્ચ આત્મવિશ્વાસ હોવો પણ જરૂરી છે, પરંતુ તમારી નબળાઈઓનો સ્વીકાર કરવો તે પણ એટલું જ મહત્વનું છે, જેથી તમે એ છીંડા જે લોકો પાસે જરૂરી કુનેહ છે તેમના વડે પૂરી શકો.

બન્ને મુદ્દાઓને ધ્યાન પર લેવા તેનો અર્થ છે કે બધું તમારી પોતાની મેળે જ કરવાની જરાય જરૂર નથી તે સમજવું - અને કે જેઓ મુખ્ય મદદ અને ટેકો આપી શકે તેવી વ્યક્તિઓ વડે તમારી જાતને વિંટાળી દઈને, તમે ખરેખર તો વધુ ઝડપથી આગળ વધી શકો.

તમારી મહત્વશીલ શક્તિઓથી આડા ફંટાવું અથવા તમે પૂરા કરવા સજ્જ ન હો તેવાં કાર્ય લેવાં તે તમારે માટે સમસ્યાનું કારણ બની શકે - કાં તો વ્યર્થ ગયેલા પ્રયત્નો વડે અથવા માત્ર તમે એક ચોક્કસ લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવા માટે જરૂરી આવડત નથી ધરાવતા માટે નિષ્ફળ જઈને. ઉચ્ચ શ્રેણીની સ્વજાગૃતિ હોવી તે તમારાં ધ્યેયને પૂરું કરવા માટે જરૂરી સ્ત્રોતોને ઓળખવામાં તમને મદદ કરી શકે.

ઘણી બધી વાર વ્યક્તિઓ એકલા ઉડવાનો પ્રયત્ન કરશે, તેનાથી માત્ર એ જાણશે માટે કે તેઓ થઈ જવાં જરૂરી એવાં કામના જથ્થાનાં કળણમાં ખૂંપી જશે. આ સહયોગ કરવા અક્ષમ હોવાની કચડી નાખતી ભાવના તણાવયુક્ત પરિસ્થિતિ સર્જી શકે છે જે તમારી ઉત્પાદકતાને ગંભીરપણે તોડી નાખી શકે છે અને તમને ધીમા પાડી દઈ શકે છે.

સફળતા મેળવવા માટે તમારે જરૂરી છે તેવી પ્રતિભા સાથેની યોગ્ય વ્યક્તિ શોધવી તે દર્શાવે છે કે તમે વાસ્તવવાદની મજબૂત ભાવના ધરાવો છો અને તે સંપૂર્ણપણે બરાબર છે - તે નબળાઈની નિશાની નહીં પરંતુ તેને બદલે બુધ્ધીની નિશાની છે. આથી વસ્તુઓ થવા દેવામાં તમારા ગર્વને વચ્ચે આવવા ન દો.

"એ વ્યક્તિ નથી પરંતુ **જુથ** છે જે ટકાઉ અને સ્થિર સફળતાનું **સાધન** છે."

–એન્થની જે

લોકશક્તિ

તમારાં લક્ષ્ય સિધ્ધ કરવામાં તમને ટેકો આપવા માટે, સહાય કરવા માટે અને માર્ગદર્શન આપવા માટે તમારું જુથ તમારી સાથે છે. બધા સફળ માણસો કહેશે કે તેમની આજુબાજુ

રહેલા લોકો વડે અપાતી માહિતી વગર તેઓ ક્યારેય તેમનું સ્વપ્ન પૂરું કરી શક્યા ન હોત. તમારા જુથમાં રહેલી પ્રતિભાને પોષવાથી :

- તમારો કાર્યબોજ હળવો બને છે.
- વધુ કામ થાય છે.
- તમારાં બળ મુજબ રમીને તમારી ઉત્પાદકતા મહત્તમ કરી શકો છો.
- કામનું દબાણ ઘણું ઓછું તીવ્ર લાગે છે.
- તમે વિચારોના વધુ મોટા જથ્થ સુધી પહોંચી શકો છો.
- તમે તમારા ગંતવ્યસ્થાને વધુ ઝડપથી પહોંચો છો.
- ઓછો તણાવ અનુભવાય છે !

માટે તમારા જ્ઞાન અને આવડતોનાં છીંડા વિશે ખૂલ્લા અને પ્રમાણિક બનો, અંગત ગર્વથી દૂર રહો અને વિશ્વાસપાત્ર સહકર્મીઓની કુનેહોને ગળે લગાડવાની ખાતરી રાખો. જેઓ કામ કરશે તેવું આપણે જાણતા હોઈએ તેમને કાર્યોની સોંપણી કરવી તે એક મુક્તિની ભાવના છે.

"એક વ્યક્તિ એક જુથ માટેનું એક કટોકટીભર્યું અંગ હોઈ શકે, પરંતુ એક વ્યક્તિ એક જુથ ન બનાવી શકે."

– કારેન અબ્દુલ, જબ્બાર

5.2

તમારાં જુથની શક્તિને મુક્ત કરો

ભલે જો તમે યોગ્ય લોકો પાસેથી યોગ્ય મદદ લો તો સફળતા તરફનો તમારો માર્ગ વધુ ઝડપી બને, છતાં, માત્ર તમારું ટેકો આપનાર જુથ અથવા ટીમ ઉભી કરવી તે જ પૂરતું નથી. તમારી ટીમ પાસેથી સૌથી વધુ કામ કઢાવવું અથવા કામની ગોઠવણમાં તેમની ઉત્પાદકતાને મહત્તમ

બનાવવા અને તેમને કામ કરતા ચાલુ રાખવા માટે તમારે તેમની સાથે આદાન-પ્રદાન કરવું અને તેઓ પ્રેરિત અને સંતુષ્ટ છે તેની ખાતરી કરવા તેમને અસરકારક રીતે સંભાળવા જરૂરી છે. માત્ર ત્યારે જ તમે તેમની સંપૂર્ણ વચનબધ્ધતા મેળવી શકશો અને તેમની સંપૂર્ણ ક્ષમતાનો ઉપયોગ કરી શકશો.

તમારા લોકોને સશક્ત કરવા તે તમારા સ્વપ્નની પ્રવૃત્તિમાં તમે સામનો કરશો તેવા સૌથી મોટા પડકારોમાંથી એક હોઈ શકે. પરંતુ તમારાં જુથને જાણવા અને સમજવા માટે અને પછી તેમને કેવી શ્રેષ્ઠ રીતે માન્યતા તથા વળતર આપવું તે વિચારવા માટે સમય કાઢવો, તેનું વ્યાજ મળશે.

તમારું ભાગ્ય તેમના વિશ્વાસે મૂકવું તે જીતવા માટેનો સૌથી મોટો અવરોધ હોઈ શકે. એક ઉચ્ચ રીતે કેન્દ્રિત અને પ્રેરિત વ્યક્તિ તરીકે તમે બીજા લોકોને તમારી જેટલા લાયક તરીકે ન પણ જોવો. પરંતુ વાસ્તવિકતાએ છે કે લોકોને અને ટીમને મહત્તમ અસર સાથે કાર્ય કરવા માટે પ્રેરિત કરવાનો ચાવીરૂપ માર્ગ છે તેમને જવાબદારી આપવી અને તેમના કાર્યો માટે તેમને ઉત્તરદાયી બનાવવા.

જ્યારે વ્યક્તિઓ એક કાર્યની તેમની માલીકી છે તેવું અનુભવે ત્યારે તે સફળતાપૂર્વક પૂરું થવાની વધારે શક્યતા હોય છે. બીજાને અસરકારક રીતે અધિકાર આપવા માટે તમારે તેમને શીખવવા માટે સમય અને પ્રયાસ અર્પવાં જરૂરી છે. માટે તમે તમારા સ્વપ્નને પૂરાં કરવામાં વ્યસ્ત, રોજ-બ-રોજનાં પડકારો સાથે કદમ મીલાવવા મથો છો તેથી તમારે બીજા લોકોનાં અંગત વિકાસ અને તાલીમને અવગણવાનું ટાળવું જોઈએ.

તમારે એ ખાતરી કરીને તમારા બધા જ લોકો માટે શિક્ષણ આપવાનો અવકાશ સર્જવો જોઈએ કે તેમનામાં તેઓ જે કામને સફળ કરવા માટે તેમની જરૂર છે તે કરવા માટેની આવડતો તથા પ્રેરણા છે. આ ભૂમિકામાં, તમારે બીજા લોકોને તેમનાં અંગત લક્ષ્યો સિધ્ધ કરવામાં પણ ટેકો આપવો જોઈએ પરંતુ એ પણ યાદ રાખવું જોઈએ કે આ વસ્તુ તમારા ધ્યેય સાથે સંપૂર્ણપણે સંલગ્ન હોય.

"લોકોનું સ્વપ્રેરિત જુથ ઉભું કરવામાં બે મહત્વના ઘટકો છે - વધારેલા પ્રયાસો દ્વારા શીખવાની **તક** અને શક્ય તેટલો **ટેકો** આપવા માટે લોકોમાં વિશ્વાસ."

– ટોમ ફાર્મર

બીજા લોકોને કામગીરી શીખવવામાં અનુસરવા લાયક કેટલાંક સાદાં પગલાંઓ :

- **કેન્દ્રિત થાવ અને નક્કી કરો -** બધી જ તાલીમ એક આદાન-પ્રદાન સાથે શરૂ થાય છે. જોકે, જેંને સંબોધવા જરૂરી છે તેવા ચોક્કસ પ્રદેશોમાં વધુ કામ કરવું અતિઆવશ્યક છે. વિકસાવવી જરૂરી છે તેવી મુખ્ય કુનેહોને એકદમ સ્પષ્ટપણે નક્કી કરવી જરૂરી છે.
- **વિકલ્પોમાં સંશોધન કરો -** જ્યારે ચર્ચાઓ કેન્દ્રિત થાય ત્યારે શું પ્રાપ્ત કરવાની જરૂર છે તેને માટે વિકલ્પો અને શક્યતાઓ પર સંશોધન કરો.
- **પગલાંનું આયોજન કરવું -** વિગતો સામે મૂકો અને આગળ વધવા માટે કયાં પગલાંઓનું અમલીકરણ કરવું જરૂરી છે તેના પર કામ કરો. લક્ષ્યો સાથે સંમત થાવ અને તેમને લખી લેવાનું ભૂલો નહીં. શું સિધ્ધ કરવું જરૂરી છે તે બાબત કોઈ મુંઝવણ હોવી જોઈએ નહીં.
- **અવરોધો દૂર કરો -** લોકો ઘણીવાર અવરોધો અને ન બદલાવા માટેનાં કારણો જોશે. મોટેભાગે આ પડકારો મનની અંદર હોય છે પરંતુ વાસ્તવમાં અસ્તિત્વ ધરાવતા નથી. તમારે વ્યક્તિઓને આ અવરોધો દૂર કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં મદદ કરવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ.
- **પછીનાં પગલાંઓ -** જેમાં સંમતી સધાઈ છે તેની સાથે સંમત થાવ. એક ચોક્કસ સમય સીમાની અંદર કરવાના કાર્યો અને સુપરત કરી શકાય તેવાં કાર્યો નક્કી કરો. પ્રક્રિયાની પુનઃ તપાસ માટે એક તારીખ નક્કી કરો અને તેને વળગી રહો.

5.3

યોગ્ય લોકોને યોગ્ય ભૂમિકામાં મૂકો

જ્યારે કોઈપણ જુથમાં સામેલ થયેલ બધી જ વ્યક્તિઓ તેમની પોતાની શક્તિઓ પ્રમાણે ભૂમિકા ભજવે છે ત્યારે એક ઉચ્ચ રીતે કાર્યક્ષમ જુથ ઘડાય છે. મોટેભાગે યોગ્ય વ્યક્તિને ખોટી ફરજો સોંપાય છે.

તમારી આસપાસ એક જુથ ઉભું કરવામાં - તે અંગત રીતે હોય કે વ્યાવસાયિક રીતે - તમારે લોકોને તેઓ જે કાર્ય ઉત્તમ રીતે કરતા હોય તે કરવાની છૂટ આપવા મથવું જોઈએ. તમારા

સફળતાના માર્ગની જીગસો પઝલ (ચોકઠાં)માં તેમને સાચી જગ્યાએ ગોઠવવા માટે તમારે સમય કાઢવો જરૂરી છે. જ્યારે એક ટૂકડો ગોઠવાતો નથી અને વ્યક્તિની આવડત અને ભૂમિકામાં મેળ નથી હોતો ત્યારે તેઓ ઓછી કામગીરી કરશે. તેઓ પ્રેરિત ન રહે તેવી પણ શક્યતા છે, જે સમસ્યામાં ઉમેરો કરશે.

તમે લોકોને એવી પરિસ્થિતિઓ અને ભૂમિકાઓમાં ન ગોઠવી દો જે તેમની ક્ષમતાઓ સાથે સંલગ્ન ન થતી હોય. આ બાબતની ખાતરી રાખવાની ખૂબ જ તકેદારી લેવાવી જોઈએ. આ વસ્તુ ચોક્કસપણે જુથના અસંતોષ કે વિયોજન તરફ દોરી જશે - અને, માટે, અલબત્ત, તમારા સમગ્ર હેતુ માટે પણ તેમજ થશે. તમારે એક વ્યક્તિના જુસ્સા અને તેમની ક્ષમતા વચ્ચે, જુથના ધ્યેયો અને હેતુઓ સાથે સંલગ્નતા ઈચ્છવી જોઈએ.

વાસ્તવિકતા એ છે કે જ્યારે જે લોકો એક ચોક્કસ કાર્ય માટે સારા હોય તેઓ બીજાં કામો માટે તેવા ન પણ હોય. અથવા કદાચ જેમ એક વ્યક્તિની અગ્રતાઓ બદલાઈ શકે તેમ તેમની મહત્વાકાંક્ષાઓ પણ બદલાઈ શકે. આ ઘણીવાર એક વ્યક્તિમાં મહત્વાકાંક્ષી વાતાવરણમાં એક પદ કરતાં વધારે પડતા વિકસી જવામાં, અથવા જાળવી રાખવામાં અસમર્થ હોવામાં પરિણમે છે. આને માટે કાંતો એક વ્યક્તિની કામગીરીમાં ફેરફાર અથવા તેમને નવી કુનેહો પ્રાપ્ત કરવા માટે ટેકો આપવાની જરૂર પડે છે.

જે લોકો તમારાં ધ્યેય માટે આવશ્યક છે તે લોકોના સંદર્ભમાં તમે સાચો નિર્ણય લઈ રહ્યા છો તેની ખાતરી કરવા માટે, તમારે તેમની ભાવનાત્મક, અંગત અને વ્યાવસાયિક જરૂરીયાતો સાથે જોડાયેલા રહેવું જોઈએ. આમ કરવાથી તમે વ્યક્તિઓ અને ટીમની સંચાલન શક્તિમાં પૂરેપૂરા ગૂંથાઈ જશો. તે તમને કોઈપણ ફેરફારો કરવાની જરૂર હશે તો તે નક્કી કરવામાં અને તેના વિશે નિર્ણય કરવામાં પણ મદદ કરશે.

"મહાન તંત્રો પાસે યોગ્ય 'બસમાં' બધા યોગ્ય સ્થાને ગોઠવાયેલા લોકો હોય છે. જ્યારે આમ કરી લેવાય ત્યારે કશું પણ શક્ય છે."

– જીમ કોલીન્સ

નજીક અને અંગત

એક પ્રેરણાત્મક આગેવાન બનવા માટે, તમારે વ્યક્તિગત અને જુથ બન્નેની માનસિકતાની નજીક રહેવું જરૂરી છે. આ લોકોની નીચેની બાબતોમાં આંતરસૂઝ મેળવીને કરી શકાય છે :

- અંગત અને વ્યાવસાયિક મહત્ત્વાકાંક્ષાઓ
- મુખ્ય આવડતો
- નબળાઈઓ
- પ્રેરણાઓ
- તાલીમ અને વિકાસની જરૂરીયાતો

તમારી ટીમના સભ્યોએ શું કરવાનું છે તે બાબત તમે સ્પષ્ટ હોવા જોઈએ. અને આ અસરકારક રીતે પહોંચાડવું જોઈએ. “આનાથી વધારે કરી શકાય નહીં.”

– હેરી એસ. ટ્રુમેન

5.4

સંભાળ લેવાની માનસિકતા

તમારાં સ્વપ્નની પ્રવૃત્તિમાં તમારા લોકોને સફળતાપૂર્વક મદદ કરતા કરવા માટે, તેઓ જેને માટે ધ્યેય રાખે છે તેના વિશે પરવા કરે તે મહત્વનું છે. તેઓ એક એવાં બળ વડે બંધાયેલા હોવા જોઈએ જે એક બીજાને ટેકારૂપ હોય અને જેમાં દરેક જણ એક સર્વ સામાન્ય લક્ષ્ય તરફ કામ કરતા હોય. સફળ જુથો પ્રયોજનની સહીયારી ભાવના સાથે એક જ દિશામાં આગળ વધતી વ્યક્તિઓનાં જુથ વડે બને છે જેના દરેક સભ્ય તેમણે ભજવવાની ભૂમિકા સ્પષ્ટપણે સમજતા હોય છે.

સંભાળ લેવી તે એક શક્તિશાળી માનવ લાગણી છે જે બીજા લોકોને પણ બાંધી લે છે. જે જુથો બાબતોની સંભાળ લે છે તેઓ જે પ્રાપ્ત કરવા માટે બહાર પડ્યા છે તે પ્રાપ્ત કરે તેવી

શક્યતા જેઓ સંભાળ નથી લેતી તેવાં જુથો કરતાં ઘણી વધારે છે. સફળ જુથો માટે બીજાને નીચે પડવા દેવાના ડર વડે પ્રેરિત થવું એ ખૂબ જ સામાન્ય છે, એવા લોકો જેમની તમને પડી હોય, પછી તે ગ્રાહકો, ચાહકો, અનુયાયીઓ કે પરિવાર કોઈપણ હોય. તેવી જ રીતે, આ જુસ્સાને નેતા અને બીજા જુથ સભ્યોના આદર અને તેમને શક્ય તેટલી મજબૂતાઈથી ટેકો આપવાની ઈચ્છા વડે પ્રોત્સાહન આપી શકાય. આ ઉંડા મૂળીયાં ધરાવતી સંભાળ લેવાની ભાવના લગભગ કામગીરીને આગળ ધકેલનાર તરીકે કાર્ય કરે છે. જ્યારે તેને વ્યક્તિઓનાં એક જુથ વડે વહેંચવામાં આવે છે ત્યારે તે એક ધ્યાનમાં લેવા જેવું બળ બની જાય છે.

તમારા પોતાના જુથની કામગીરી પર પ્રત્યાઘાત આપવાનો સમય કાઢો. શું સંભાળ લેવાનો જુસ્સો સાચા અર્થમાં જુથનાં પોતના દ્વારા વણાયેલો છે ? એક જુથ તરીકે સાથે બેસો અને તમે શેના વિશે સંભાળ લો છો તે બહુ સ્પષ્ટ પણે નક્કી કરો. તેને જુથની સંસ્કૃતિમાં ચણી લો અને તેના વિશે ખૂલ્લાપણે વાત કરો.

"જતન કરવામાંથી હિંમત આવે છે."

– લાઓ ત્ઝુ

ગૌરવ અને આનંદ

સફળ જુથો તેઓ કરે છે તે બધી જ વસ્તુઓ માટે ગૌરવની મહાન ભાવના અનુભવે છે. તે સકારાત્મક વર્તણુકમાં પ્રગટ થાય છે જે બહારથી જોનાર દરેકને બહુ સ્પષ્ટ દેખાય છે. ઉદાહરણ તરીકે :

- તેઓ અતિ આવશ્યક નહીં તેવી કટોકટી ભરી વસ્તુઓ - એવી નાની વસ્તુઓ જે **તફાવત** ઉભો કરે - પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરશે.
- પડકારના સમયે વ્યક્તિઓ એક બીજાને **ટેકારૂપ** બનશે - અંગત અને વ્યાવસાયિક બન્ને રીતે.
- ગેરસમજ ટાળવા માટે તેઓ એકબીજા સાથે વાત કરવા તથા **આદાન-પ્રદાન** કરવા માટે સમય કાઢે છે.

- તેઓ તેમના હિસ્સેદાર જુથો તથા તેઓ જેને સેવા આપે છે તે સમુદાયના અભિપ્રાયોને **માન** આપે છે.
- તેઓ જે **વચનો** આપે છે તેને હંમેશાં માન અપાય છે.
- એક સર્વસામાન્ય **મત** માં બધા ભાગ લે છે.

"જો હું એક **મિત્ર** માટે કશુંક જતન લઉં તો, મારા મનમાં મને જરા પણ શંકા નથી કે તેઓ પણ મારે માટે તેમ કરશે."

– લેરી કીંગ

5.5

ઉડીને આંખે વળગે તેવું અને સ્પષ્ટ

અસરકારક આદાન-પ્રદાન કોઈપણ સફળ જુથનાં હૃદયમાં પડેલું હોય છે. તમારે આદાન-પ્રદાનની લાઈનો બધો સમય ખૂલ્લી રાખવી જરૂરી છે, જેથી લોકો માત્ર તેમની ભૂમિકા વિશે જ સ્પષ્ટ ન હોય, પરંતુ તેમને એવું પણ લાગે કે કોઈપણ ઘટના વિશે તેમને માહિતગાર રાખવામાં આવે છે. આ વસ્તુ દરેક જણને મક્કમપણે માર્ગ પર રાખીને, લોકોને એક મજબૂત ભાવનાત્મક જોડાણ બનાવવામાં મદદ કરે છે.

આદાન-પ્રદાનમાં ભંગાણ અને બીનઅસરકારક જોડાણ આપણી અંગત અને વ્યાવસાયિક જીંદગીઓમાં આપણે સામનો કરીએ છીએ તેવી ઘણી સમસ્યાઓની મધ્યમાં પડેલું હોય છે. જ્યારે બીજા શું ચાલે છે તે ન જાણતા હોય ત્યારે, તેઓ બધું જાણે છે તેમ ધારી લેવું તે ઘણું સરળ છે. એટલા માટે જ અૌપચારિક અને અનૌપચારિક બન્ને વાતચિત માટે અવકાશ ઉભો કરવો ઘણો જ આવશ્યક છે, લોકોને એવો દાવો કરતા ટાળવા માટે કે : "મને તો આ ખબર જ નહોતી."

સદ્ભાગ્યે, આપણે એવા યુગમાં રહીએ છીએ જ્યાં આદાન-પ્રદાનનાં સાધનોની કોઈ કમી નથી. તેનો અર્થ એવો પણ થાય છે કે લોકોને માહિતગાર ન રાખવા માટે આપણી પાસે બહુ

ઓછાં બહાનાં છે. અસરકારક આદાન-પ્રદાન અનેક માધ્યમોના ઉપયોગમાંથી પરિણમે છે - વાતો, સામાજિક માધ્યમ અને મોબાઈલ માર્ગો. પરંતુ ડીજીટલ અને ઈલેક્ટ્રોનિક્સ માર્ગોની વધતી જતી પ્રાપ્યતા વડે, હવે એ વધુ મહત્વનું છે કે આપણે અંગત રીતે મોઢામોઢ સામેલ થઈએ - દિવસના પડકારોને ચર્ચતા, શું બરાબર થયું, સફળતાઓ, નવાં આયોજનો અને વિચારો, આ વસ્તુ લોકોને અંગત રીતે સામેલ હોવાનું અનુભવાવે છે અને તેમને વધુ માલીકીભાવ આપે છે. જમવાના ટેબલની આસપાસ ગોઠવાવું, સાથે જમવું અથવા કોફી માટે મળવું - આ પારંપારિક પધ્ધતિઓ ભાવનાત્મક અને અંગત બંધનો ઘડવામાં અતિશય શક્તિશાળી રહ્યાં છે.

આ રીતે સંઘભાવના સર્જાય છે. આદાન-પ્રદાનનાં બીન અંગત અને વધુ પ્રગાઢ પ્રકારો મિશ્ર કરીને, તમે લોકોને, તેમની જરૂરીયાતો અને પ્રેરકોને વધુ સમજવાનું શરૂ કરશો. જ્યારે તમે આ રીતે જોડાવ ત્યારે તમે લોકો વિશે કેટલું બધું જાણી શકો છો તે આશ્ચર્યજનક છે. તમે ક્યારેય કલ્પના ન કરી હોય તેવી શક્યતાઓ ખોદી કાઢો છો, જે તમને વધુ ઝડપથી તમારા લક્ષ્યોની નજીક લઈ જઈ શકે છે.

"જ્યારે હું લોકો સાથે **વાત કરવા** તૈયાર થાઉં છું ત્યારે હું તેઓ શું **સાંભળવા** માંગે છે તેના વિશે વિચારવામાં બે તૃતિયાંશ સમય ગાળું છું અને એક તૃતિયાંશ સમય હું શું **કહેવા** માગું છું તેના વિશે વિચારવામાં."

– અબ્રાહમ લીંકન

તમારે તમારા લોકોની માહિતી જરૂરીયાતો માટે સતત જાગૃત રહેવું જોઈએ :

- તેઓને શું જાણવાની જરૂર છે ?
- તેમણે ક્યારે જાણવું જરૂરી છે ?
- તે માહિતીનું આદાન-પ્રદાન કેવી રીતે થવું જોઈએ ?
- જુથ ન જાણતું હોય તેનાં શું પરિણામો અને અસરો છો ?

આ મહત્વની માહિતી આધુનિક અને વધુ પારંપારિક, આદાન-પ્રદાનના મોઢા- મોઢ પ્રકાર બન્નેના મિશ્રણ દ્વારા આપવી તેની નીચેની બાબતો પર મોટી અસર પડી શકે છે :

- સંબંધો ઉભા કરવા
- વિશ્વાસની ભાવના પોષવી
- નવા વિચારોને ઉત્તેજન આપવું
- સમસ્યાઓના ઉકેલ પર કામ કરવું
- લોકોની છૂપી પ્રતિભાઓ ખોલવી.

"આદાન-પ્રદાન સાથેની સમસ્યા.... એ ભ્રમણા છે કે તે પૂરું થઈ ગયું છે."

– જ્યોર્જ બર્નાર્ડ શો

5.6

ભાંગફોડ કરનારાને ઓળખવા

મજબૂત સંઘ ભાવના સર્જવા માટે ઉચ્ચ ઉર્જાવાન અને પ્રેરિત લોકોનું જુથ એ આવશ્યક ભાગ છે. જ્યારે એક ચોક્કસ કાર્ય અથવા ધ્યેય તરફ છુટ્ટોદોર હોય અને જોડાયેલા હોઈએ તો પરિણામો અકલ્પ્ય હોય છે.

જોકે, ઘણી વખત તમે જુથ ભાંગનારાઓનો અનુભવ કરશો. આવી વ્યક્તિઓના અંગત ઈરાદાઓ અને મહત્વાકાંક્ષાઓ જુથના ઈરાદાઓ અને મહત્વકાંક્ષાઓ સાથે જોડાય તે જરૂરી ન હોવાથી તેમનો બીજા સભ્યો પર અતિશય નકારાત્મક પ્રભાવ હોય છે. તેઓ વિક્ષેપક વર્તન પ્રદર્શિત કરે છે જે મોટેભાગે જુથની નૈતિકતા નીચી લાવવા માટેના તથા વાસ્તવમાં અસ્તિત્વ ન ધરાવતી હોય તેવી સમસ્યા સર્જવાના ઈરાદાથી કરાય છે. તેમનો સામનો કરવો જોઈએ કારણ કે તેમની કાર્યપધ્ધતિ બાકીનાં જુથ માટે અતિશય દુર્બળતા ઉભી કરનાર બની શકે છે.

આવી વ્યક્તિઓ વાઈરસની જેમ કામ કરે છે. તેઓ બીજાની માનસિકતાને ચેપ લગાડી શકે છે અને ટીમનાં સકારાત્મક મુલ્યોને તોડી શકે છે. આવી વ્યક્તિઓ જ્યારે પણ પોતાની જાતને રજુ કરે ત્યારે તેમના હેતુઓને સ્પષ્ટપણે સમજવા જોઈએ અને તેમની ક્રિયાઓ પર પ્રશ્ન કરવા જોઈએ. ટીમના વાઈરસોનો હિસાબ લેવો જોઈએ અને તેમની પ્રવૃત્તિઓનો શક્ય તેટલી ઝડપે પ્રતિકાર કરવો જોઈએ. તેમને વધુ પડતો પ્રાણવાયુ લેવાની છૂટ આપવી તે ખૂબ જ વિભેદક સાબિત થઈ શકે અને તમારાં સ્વપ્નને પૂરું કરવાના તમારાં ધ્યેય પર ગંભીર નકારાત્મક અસર પડી શકે.

આ પ્રક્રિયાને એક ખૂલ્લી અને પ્રમાણિક રીતે સાવધાની પૂર્વક સંભાળવી ખૂબ જ મહત્વની છે, કારણ કે લાગતી વળગતી લોકોના ટીમની અંદર મિત્રો હોઈ શકે છે અને તમારે આ વ્યક્તિઓને બીજે વાળવાનું જોખમ ટાળવું જોઈએ. તમારે સમસ્યા શું છે તે અને ટીમમાંથી નકારાત્મકતા શા માટે બહાર આવે છે તે સમજવાની જરૂર છે. આવી નકારાત્મકતા લાગતા વળગતા બધાને અસર કરી શકે છે આથી પ્રશ્નોનું ઝડપથી અને અસરકારક રીતે નિરાકરણ થવું જરૂરી છે. ઉમંગ સકારાત્મક છે તેની ખાતરી કરવા માટે વિખવાદ ટાળવા જોઈએ. આ અનુભવો યોગ્ય રીતે સંભળાવા તે ખરેખર તો ટીમને વધુ નજીક લાવી શકે છે !

"નકારાત્મક ભાવનાઓની સ્પષ્ટ **સમજણ** તેમને નિકાલ કરે છે."

– વેર્નોન હોવાર્ડ

ઝેરી તત્વો પર હુમલો કરવો

જુથના ઝેરી તત્વોને દૂર કરવા માટે થોડાં સાદાં પગલાંઓ લઈ શકાય :

- નકારાત્મક વર્તણુક માટેનાં કારણો સમજવાનો પ્રયત્ન કરો.
- તેઓ શા માટે આવા પ્રકારની વર્તણુક કરે છે તેની ખૂલ્લા દિલથી રજૂઆત કરવી.
- ઉભા કરાયા હોય તેવા કોઈ પણ પ્રશ્નને શક્ય તેટલી પ્રમાણિકતાથી સંબોધવા
- તે વર્તણુક શા માટે અસ્વીકાર્ય છે તે સમજાવવું.

સફળતાનાં સૂત્રો નકારાત્મક તત્વો માટે ગતિ પર કબજો લેવા કે તેને બીજી દિશામાં વાળવા માટે કોઈ અવકાશ આપતું નથી. આવી પ્રવૃત્તિઓની પ્રથમ નિશાનીઓને ઝડપથી સંબોધવી

જોઈએ. સમસ્યા ચાલી જશે તેવું ન વિચારો, તેટલો તમે તેના વિશે ચિંતા કરવામાં ઓછો સમય, પ્રયાસ અને ઉર્જા ખર્ચશો.

“એવા લોકોથી દૂર રહો જેઓ તમારી મહત્વાકાંક્ષાઓ ને ટૂંકાવવાનો પ્રયાસ કરે છે. નાના લોકો હંમેશાં તેમ કરે છે, પરંતુ જે ખરેખર મહાન છે તે તમને એમ માનતા કરે છે કે તમે પણ મહાન બની શકો છો.”

– માર્ક ટ્વેઈન

5.7

બીજાની દૃષ્ટિઓને માન આપો

લક્ષ્યોના સ્પષ્ટ સેટ અને તમારાં પોતાનાં સ્વપ્નો અને મુલ્યોમાં કચવાટ વગરની માન્યતા સાથેની પ્રેરિત વ્યક્તિ તરીકે તમારી છબીમાં એક જુથ ઘડવું તે લલચાવનારું થઈ શકે છે. આ સલાહભર્યું નથી કારણ કે તમારે આવડતોનાં મિશ્રણની જરૂર છે. જે વિવિધ પ્રકારના લોકોને સામેલ કરવા દ્વારા મળી શકે તેવી વધુ શક્યતા છે, અને એટલા માટે પણ કે, માત્ર “હા જી હા” કરનાર માણસો બોર્ડ પર હોવા તે તમારા વિચારોને વધારાનું પરિણામ પુરું નહીં પાડે.

સફળ જુથો જુદી પડતી દૃષ્ટિઓ અને અભિપ્રાયો વાળી વ્યક્તિઓ પર ઘડાય છે. મહત્વાકાંક્ષી માનસિકતાઓને પ્રશંસાયુક્ત જુથ આવડતો સાથે સંલગ્ન કરવી તે સફળતા માટે પાયો પૂરો પાડે છે. વ્યક્તિઓ અને દૃષ્ટિઓનું ઉદાર મતવાદી મિશ્રણ પણ જુથની ગતિશીલતામાં મુલ્યો લાવે છે. તે નવસર્જક વિચારસરણી અને રચનાત્મક વિચારોને ઉત્તેજીત કરે છે.

આનો અર્થ એવો થશે કે તમારે આપણા પોતાના અભિપ્રાયો કરતાં જુદા મતો ધરાવનાર લોકોને સહન કરતાં શીખવું પડશે. મતો અને અભિપ્રાયોને ઓગાળનાર વાસણ ભવિષ્યની સમસ્યાઓને ઝડપથી ઉકેલવામાં અને તમે સફળતાના શક્ય તેટલા શ્રેષ્ઠ માર્ગ પર છો તેની ખાતરી કરવા માટે પ્રશ્નો પૂછવાની તથા પુનઃ તપાસ કરવાની પ્રક્રિયામાં આવશ્યક થઈ શકે.

આ રીતે બીજાઓનો તેમને વિશે અંદાજ બાંધ્યા વગર સ્વીકાર કરવો તે પણ તમારા પોતાના મગજ માટે એક અતિશય મુક્ત કરનાર અનુભવ હોઈ શકે. તે તમારી વિચારસરણીને નવાં ક્ષેત્રોમાં લઈ જઈ શકે અને તમારાં મનને નવું શીખવાના અનુભવો તરફ ખુલ્લું કરી શકે. જ્યારે આપણે બીજાને મુલવીએ છીએ ત્યારે આપણે આપણો પોતાનો આંતરિક સંવાદ સર્જીએ છીએ જે આપણને આગળ વધતા અટકાવે છે. માટે જ એ યાદ રાખવું મહત્વનું છે કે વ્યક્તિનો મત નહીં, પરિણામ છે જે અસર કરે છે !

લોકોને તેમના મતો વ્યક્ત કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા - ભલે તે ગમે તેટલા વિભિન્ન હોય - તે એક વિચાર-પ્રેરિત સંસ્કૃતિ સર્જે છે જે તેમાં સામેલ બધાનો તેમની પૂર્ણતા સુધી ઉપયોગ કરે છે જે લોકોને એવું અનુભવાવે છે કે તેમના અભિપ્રાયોનું મુલ્ય કરાયું છે અને તેઓ ધ્યેયમાં મુખ્ય ફાળો આપી રહ્યા છે. જુથની ગતિશીલતા અને જુસ્સો સક્રિય વ્યક્તિઓનાં વ્યક્તિત્વોથી નક્કી થાય છે - વિચારોની વિવિધતાને પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ. વ્યક્તિઓને અસરકારક રીતે સંભાળવાની અને ખૂલ્લાપણની સંસ્કૃતિ સર્જવાની ચાવી છે - સહનશીલતા અને સમાવેશ કરવાની પ્રક્રિયા.

“જે ગુલાબ ઈચ્છે છે તેણે કાંટાને **માન** આપવું જોઈએ.”

– પર્શીયન કહેવત

પ્રગતિશીલ વિચારસરણી

આપણા મનને જુથના બધા સભ્યોના મતો તરફ ખૂલ્લું કરવું તે પ્રગતિશીલ અને આગળ વધેલી વિચાર સરણીની માનસિકતા તરફ દોરી જશે, કારણ કે આપણે :

- નવી **શક્યતાઓ** જોશું
- વસ્તુઓ કરવાની નવી રીતો શીખશું
- બીજાની **શક્તિઓને** છૂટી કરશું
- વધુ અસરકારકતાથી સમસ્યાઓ ઉકેલશું
- **પડકારોને** સફળતાપૂર્વક સમજવા

- સમાવેશ કરવાની સંસ્કૃતિ ઘડવી
- બીજાને માલીકી તથા જવાબદારી લેવા માટે **સશક્ત** કરશું.

“**આગેવાનના** કાન **લોકોના અવાજો** વડે ગાજી ઉઠવા જોઈએ.”

– વુડરો વિલ્સન

5.8

એક આચારસંહિતા નિરૂપવી

મુલ્યોના એક સર્વ સામાન્ય સેટનું આદાન-પ્રદાન કરવું એ એક જુથનાં સફળ કાર્ય માટે મહત્વશીલ છે. આ એ વસ્તુ છે જે લાગતી વળગતી વ્યક્તિઓની વર્તણુકને માર્ગદર્શનમાં મદદ કરે છે. તે ખાસ કરીને વિભિન્ન વ્યક્તિઓનાં જુથના પ્રયાસોને જોડવામાં મહત્વનું છે, જેમાનું એક સર્વસામાન્ય લક્ષ્ય હોય, પરંતુ કુનેહો, દૃષ્ટિઓ તથા અભિપ્રાયો જે એક મજબૂત જુથનું ચાવી રૂપ પાસું છે - નો વર્ણપટ પ્રદર્શિત કરતા હોઈ શકે.

આવી આચાર સંહિતા એક નૈતિક કંપાસ તરીકે કાર્ય કરે છે જે બીજાઓ સાથેના કાર્ય અથવા સોદાને યોગ્ય અને પ્રમાણિક રીતે કરવાનાં મહત્વ તરફ સ્પષ્ટપણે દર્શાવે છે, જ્યારે તે આ પ્રાપ્ત કરવા માટે લેવાનું સાચું વલણ પણ નક્કી કરે છે. જે જુથ મુલ્યોના સર્વસામાન્ય સેટનું આદાન-પ્રદાન કરે છે તેઓ આ રીતે કાર્ય કરશે - પહેલું, એકબીજાના ટેકારૂપ થઈને, અને બીજું, ઈચ્છિત લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવા માટે સંવાદી રહીને.

મુલ્યો નૈતિક વર્તણુક માટેનો પાયો પૂરો પાડે છે, જ્યારે તે વલણ અને કામગીરીની રીતે સુસંગતિનું ઉંચુ સ્તર પણ સર્જે છે. તેઓ એક માપદંડ પણ પૂરો પાડે છે જેના વડે વ્યક્તિઓ તથા જૂથ બન્નેને એક સમગ્ર તરીકે નૈતિક અને વ્યવહારુ પરિપ્રેક્ષ્ય વડે આકારી શકાય. મુલ્યો જુથની અંદરના અને બહારના બીજા લોકો સાથે કેવી રીતે વ્યવહાર કરવો તેને માટેનો માપદંડ પણ મૂકે છે, જે વ્યાપારનાં વાતાવરણમાં આંતરિક સંવાદીતા અને બાહ્ય સેવા સ્તર પર સીધો પ્રભાવ પાડે છે.

એ આવશ્યક છે કે તમને ટેકો આપનાર જુથના દરેક સભ્ય તમારી આચાર સંહિતામાં મૂકાયેલ મુલ્યોમાં જોડાય અને તેમની જરૂરીયાત સમજે. તે વ્યક્તિઓને વહાલા લાગતા હોય તેવા વિચારો અને લાભો ધરાવતી, દરેકનાં હૃદયની નજીક હોવી જોઈએ. એટલે કે મુલ્યોના ઘટકો લાગતા વળગતા બધા વડે માલીકીની સાચી ભાવના સર્જવા માટે અને તેમને પાર પાડવાની આકાંક્ષા સાથે નક્કી થવા જોઈએ.

મુલ્ય કેન્દ્રિતતા

શરૂઆતમાં જ તમારા લોકો માટે **મુલ્યો** નો એક સ્પષ્ટ અને નક્કર સેટ સ્થાપિત થવો અતિઆવશ્યક છે જે તમારાં લક્ષ્યો અને તેમાં સમાવિષ્ટ વ્યક્તિઓ દર્શાવે. અહીં પ્રારંભથી જ તમારી આચાર સંહિતા મેળવવામાં તમને મદદ કરવા માટે ત્રણ પગલાં આપ્યાં છે :

પગલું ૧ - શું અસ્વીકાર્ય છે ?

વર્તણુકના એવા સ્તરો છે જે તમે જુથનાં કાર્ય માટે મહત્વનાં અને **અસરકારક** ગણશો. તે તમે એક બીજા સાથે અથવા તમે જેને માટે કામ કરો છો તે સમુદાય સાથે કેવો વ્યવહાર કરો છો તે પણ હોઈ શકે. ઉદાહરણ તરીકે મોડા પડવું, માહિતીઓ આગળ પસાર ન કરવી, નબળું આદાન-પ્રદાન, ફોન કરવામાં નિષ્ફળ જવું એ બધાને એવી ટેવો તરીકે જોઈ શકાય જે તમે છોડવા માંગો છો. તમે શેને અસ્વીકાર્ય હોવાનું માનો છો તે **સમજણ વડે** , તમે અસરકારક રીતે એક આચાર સંહિતા નક્કી કરો છો.

પગલું ૨ - જુથની આચાર સંહિતા સાથે સંમત થાવ

જુથનાં મુલ્યો જુથમાં સ્વીકારાવાં જોઈએ. તે **સૂચક** અને જુથનાં ધ્યેયો તથા મહત્વાકાંક્ષાઓ સાથે સુસંગત હોવા જોઈએ. એક આચાર સંહિતા ઘડીને અને તેને લખી લઈને, પછી તમે એક ફ્રેમો બનાવવાનું શરૂ કરો છો જે સભ્યોની વર્તણુકનું સંચાલન કરશે.

પગલું ૩ - આચાર સંહિતા અમલમાં મુકવી

થના જે સભ્યો નિયમ પુસ્તકને વળગી નથી રહેતા તેમને પડકારવાની દરેકની જવાબદારી છે. જ્યારે તમે વ્યક્તિઓને સંહિતા મુજબ વર્તન ન કરતા જોવો ત્યારે તેમને **પડકારવા** જોઈએ. સમયોપરાંત અને સખત **અમલ-બજવણી** દ્વારા તમે એવી પરિસ્થિતિમાં આવો છો જ્યાં જુથો પોતે જ પોતાનું વ્યવસ્થાપન કરે છે.

“માણસો સતતપણે એક ચોક્કસ રીતે કાર્ય કરીને એક ચોક્કસ ગુણ પ્રાપ્ત કરે છે.”

– એરીસ્ટોટલ

5.9

કલ્યાણમાં સંવાદી થવું

એ ખાતરી કરવા માટે કે તમારા લોકો પૂરા જોશ સાથે સળગી રહ્યા છે અને તેમની મહત્તમ કામગીરી કરી રહ્યા છે, તેઓ તેમની ભૂમિકાઓ તથા વાતાવરણ સાથે પરિતૃપ્ત હોવા જરૂરી છે, તેમજ શારીરિક રીતે તેમની ટોચથી શક્ય તેટલા નજીક હોવા જરૂરી છે. જો સ્વાસ્થ્ય અને પરિતૃપ્તીનું ઉચ્ચ સ્તર પ્રાપ્ત કરી શકાય, તો પછી તમે તમારા જુથની સકારાત્મક ઉર્જા વડે પ્રેરિત થઈને, મહત્તમ ઝડપે તમારા સ્વપ્ન તરફ આગળ વધશો.

“જુથનાં સ્વર્ગ”નાં આ સ્થાને પહોંચવાની અને પછી તેને સંભાળી રાખવાની ચાવી તમારા જુથના લોકોની લાગણીઓ સાથે સંવાદી રહેવામાં અને જુથ સાથે જોડાયેલા રહીને એકંદરે જુથની ગતિશીલતા સાથે સંવાદિ રહેવામાં છે. જો તમે આ કરી શકો તો કોઈપણ પ્રશ્નો લગભગ તરત જ દેખાવા લાગવા જોઈએ.

જોકે, અહીં સમસ્યા તમારી નેતા તરીકેનાં અને જે સમસ્યાનો ઉકેલ લાવનાર છે તેનાં સ્થાન અને જુથના જાગૃત ભાગ હોવા માટે પૂરતા ઉપગમ્ય હોવા વચ્ચે સમતોલન જાળવવી તે છે. સફળતાપૂર્વક આ સમતોલન જાળવવું તે તમારા લોકોના કલ્યાણમાં ટકોરા મારવાનું તમારે માટે વધારે સહેલું બનાવી દે છે.

તમે તમારી જાતને એવા કોઈક તરીકે સ્થાપીને જે માત્ર જુથની આગેવાની જ નથી લેતા, પરંતુ જેમના દરવાજા હંમેશાં ખૂલ્લા હોય છે, જેથી કોઈપણ સભ્ય કોઈપણ સમયે અંદર ચાલ્યા આવી શકે અને તેમના વિચારો ચર્ચી શકે, આ વાતને એક ડગલું આગળ લઈ જઈ શકો. આ તમને અસ્તિત્વ ધરાવતા કોઈપણ પ્રશ્નોથી માહિતગાર રહેવામાં જ માત્ર મદદ નથી કરતું પરંતુ તમારા જુથની ભાવિ સફળતા ને આકાર આપી શકે તેવા વિચારો સુધી સીધા પહોંચી શકો છો.

આવી તંદુરસ્ત સંસ્કૃતિ સર્જવાનો એક માત્ર માર્ગ, તમારા જુથ સાથેના વ્યવહારમાં ખૂલ્લા અને પ્રમાણિક રહેવું તે છે, જેને પ્રારંભથી જ જેમાં બધા જ સામેલ થઈ શકે તેવા મુલ્યોનો મક્કમ સેટ જેમાં બધા ને દાખલ કરીને મહાન મદદ કરી શકાય.

સતત ખ્યાલ રાખવો.

તમારા જુથનાં કલ્યાણ સાથે જોડાયેલા રહેવામાં મદદ માટે તમારે પાંચ કટોકટીભર્યા પ્રદેશોમાં જોડાયેલા રહેવું જોઈએ:

"વર્તમાન" કેવો લાગે છે ?

જુથની **નૈતિકતા** એ તેની કામગીરીનું મહત્વનું નિર્દેશક છે. શું તેને માટે ટેકો આપવાની ભાવના છે ! એટલે કે પુષ્કળ **સકારાત્મક** ઉર્જા અને ભાષા છે જે કામકાજની અવસ્થા વર્ણવે છે. તેનાથી ઉલટું, શું માથાં નીચાં થઈ ગયાં છે ? શું લોકો દિવસ પૂરો થવાની રાહમાં ઘડીયાળ જોયા કરે છે ?

તેનાથી જુદા પડવાનું અનુભવવું

શું તમારા જુથના લોકો **પ્રયોજન** સાથે જોડાયેલા છે. શું એક "તેમનું" અને "અમારું" નું વલણ છે ? શું લોકો જુથના નામનો એક ભાગ હોવા બદલ **ગર્વ** અનુભવે છે ? તમારે જુથની અંદર ગર્વની લાગણી પોષવાનું ધ્યેય રાખવું જોઈએ.

કામગીરી સંસ્કૃતિ

કામગીરીની માનસિકતા સફળતાનાં સૂત્રોને પ્રેરે છે. શું જુથ **પહોંચાડવાના** લક્ષ પર છે અને શું પગલાંઓ લક્ષ્ય **સિધ્ધ કરવા** તરફ હકારાત્મક વલણ દર્શાવે છે ? શું લોકો તેમનાં લક્ષમાં ટૂંકા પડે છે - જો તેમ હોય તો છૂપા મુદ્દાઓ કયા છે ?

જોડાયેલું ભવિષ્ય

શું જુથ લાંબા સમયનાં ધ્યેયો અને મહત્વાકાંક્ષાઓની બાબતે **વધુ મોટાં ચિત્ર** વિશે સ્પષ્ટ છે ? ટકી શકે તેવી સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે બધી વ્યક્તિઓએ જુથ કઈ તરફ જઈ રહ્યું છે તે સમજવાની જરૂર છે, આ **જોડાયેલા હોવા** ની ભાવના વ્યક્તિઓ માટે **સુરક્ષા** ની લાગણી પૂરી પાડે છે અને તે **વચનબધ્ધતા** ની ભાવના પણ પોષે છે.

માહિતગાર હોવું

શું જુથ માહિતગાર છે, શું ચાલી રહ્યું છે તે તેઓ જાણે છે ? શું તમે **ફીડબેક** પૂરા પાડો છો અને જુથે જેના વિશે જાગૃત હોવું જોઈએ તેવા મુદ્દાઓ પર પ્રકાશ ફેંકો છો ? જો ન જાણતા હોવાની એક સુષુપ્ત ભાવના હશે તો લોકો શું ચાલી રહ્યું છે તે વિશે આશ્ચર્ય અનુભવવાનું શરૂ કરશે.

5.10

વિજયોનો પ્રચાર કરવો

જ્યારે તમે અને તમારા લોકોએ સફળતા પ્રાપ્ત કરી લીધી હોય ત્યારે તમારા વિજયના સ્વીકારમાં ઝડપથી ઉજવણી થવી જોઈએ. આ તમારા જુથે કરેલા બધા જ કઠોર પરિશ્રમ, વચનબધ્ધતા તથા સમર્પિતતાનું ઈનામ બની જાય છે. તે આગળ વધવા માટે પ્રેરણા તરીકે કામ કરે છે અને સફળતા કેવી રીતે મેળવાઈ તે બળવત્તર કરવાનો તથા તેની કીર્તિને પ્રગટ કરવાનો અવકાશ અને સમય આપે છે.

ઉજવણી એક જુથમાં આનંદ કરવાથી લઈને ભાગ લેનાર બધા માટે પાર્ટી સુધીના વર્ણપટમાં વિસ્તરી શકે છે. ઉજવણી ભાવનાત્મક ઉર્જાને છૂટી કરવા કરતાં વધુ છે, તે બધાની કામગીરીને જાગૃતિના આગળ વધેલા સ્તર પર પુનઃ તપાસ કરવાની તક પૂરી પાડે છે.

તમે અને તમારા લોકોએ તમે જે આપવા માટે બહાર પડ્યા હતા તે સિધ્ધ કરી લીધું છે તેથી, તમારી વિશ્રાંત અવસ્થા તમને વધુ તટસ્થ રીતે શું સારું થયું તેનું વિશ્લેષણ કરવા દેશે. જ્યારે રૂઢિગત ડહાપણ તમારી ભૂલોમાંથી શીખવાનું કહે છે, ત્યારે તેવી જ રીતે તમે શું સારું કર્યું તેમાંથી પણ તમારે શીખવું જોઈએ.

ઉજવણીના અમુક ભાગમાં "સફળતા માટેની સુક્ષ્મ દૃષ્ટિ" ને તારવવા માટે ચિંતન સમયનો સમાવેશ થવો જોઈએ - કામગીરીના એ હકારાત્મક પાસાંઓ જેને ફરી ફરીને રજુ કરી શકાય. તે એક વધુ મજબૂત જુથ બંધન, જાણકારી તથા આત્મ- વિશ્વાસ ઘડવાની અતિશય અસરકારક રીત બની જાય છે.

સફળતાના મધ્યવર્તી ભાગોને લખી લેવાનો સમય કાઢવો અને પછી તેને તમારા જુથના બધા સભ્યોને સિધ્ધિની મુખ્ય હકીકતો યાદ કરાવવા માટે દેખાડવું તે એક સારો વિચાર છે.

"**ઈનામ** મળતા પહેલાં **શ્રમ** કરાવો જોઈએ. તમે લણતા પહેલાં વાવો છો. તમે ખૂશી લણતા પહેલાં આંસુની વાવણી કરો છો."

– રાલ્ફ રેન્સમ

ઝડપથી આગળ વધો

ચેતવણીનો શબ્દ - વધુ પડતા લાંબા સમય માટે સફળતામાં રાચો નહીં કારણકે તે વિચલિત કરનાર બની શકે અને **વ્યર્થ આત્મસંતોષ** તરફ દોરી જઈ શકે. તે બદલામાં એક તમારી રોજ-બ-રોજ માગણીઓની વાસ્તવિકતા સાથે અલગતા સર્જે છે જે છેવટે સ્વીકાર્ય કરતાં ઓછી કામગીરી આપે છે. જોકે, **ઉજવણી** એક અતિશય શક્તિશાળી **પ્રેરકબળ** બની શકે, ખાસ કરીને જ્યારે તમારા લોકો જાણતા હોય કે આનંદ અથવા સ્વ-બક્ષિસનો કોઈ બીજો પ્રકાર સિધ્ધિ મળ્યા પછી આવે છે. જોકે, વ્યક્તિઓ **જમીન સાથે જોડાયેલી** રહે તે અને સમજે કે ઉજવણી હંમેશાં **પ્રાપ્તિને** અનુસરે છે તે અતિ આવશ્યક છે. એટલે કે કોઈપણ પાર્ટી કરવા માટે લાયક હોવું જોઈએ. કોણપણ જીતની કામગીરી વગર, ઉજવણી અર્થહીન છે અને હેતુના અભાવ ધરાવે છે.

"હું **આત્મસંતોષને** ધિક્કારું છું. હું સંગીતની દરેક ધૂન તે મારી અંતિમ હોય વગાડું છું, પછી હું તેને ક્યારેય માણી હોય તેના કરતાં વધારે માણું છું."

– નીગેલ કેનેડી

માન્યતા, વફાદારી,
જોડાણ, સમજણ,
પ્રેરણાત્મક આગેવાન,
આત્મવિશ્વાસ,
પ્રમાણિકતા, ફીડબેક,
વિનમ્રતા

છઠ્ઠું કદમ
આગેવાની લેતાં શીખો 6

તમારા લોકોને શ્રેષ્ઠતાની નવી ઉંચાઈઓ તરફ ધકેલી શકો તો શું થાય ? ત્યારે તમે ખરેખર તમારાં સ્વપ્નને સાકાર કરવા તરફ ઉડી રહ્યા હશો. એક રમતવીર એક નવો અંગત શ્રેષ્ઠ રેકોર્ડ મૂકવા માટે માત્ર તેના પોતાના પર જ આધાર નથી રાખતો, પરંતુ તેના કોચ અને તેઓ જે તાલીમ પધ્ધતિનો ઉપયોગ કરે છે તેના પર પણ આધાર રાખે છે. સાચા અર્થમાં પ્રેરણાત્મક કોચ દુનિયાને હચમચાવી નાખે તેવા રમતવીરો સર્જે છે. એક દૃષ્ટા આગેવાન થઈને, તમે તમારી આસપાસના લોકો માટે આ જ વસ્તુ કરી શકો.

જોકે, એક મહાન નેતા તરીકેનો તમારો પ્રભાવ માત્ર તમારા આંતરિક નેટવર્કની સીમાઓ સુધી જ સિમિત નહીં રહે. તમારી પ્રતિષ્ઠા અને વિખ્યાતી એક ચુંબકની જેમ કાર્ય કરશે, જે એવા લોકોને તમારી પાસે ખેંચી લાવશે જે તમને તમારા ધ્યેયમાં પ્રેરણા આપશે. તેઓ મુખ્ય ભાગીદારો, હિસ્સેદારો અથવા ગ્રાહકો હોઈ શકે.

આ પ્રકરણમાં, એક પ્રેરણાત્મક આગેવાન બનવા માટે શું જોઈએ અને તમે તેની પાસેથી શું મેળવશો તે તમે જોશો. સ્પષ્ટ રીતે, આ એવું કશુંક નથી જે તમારી સાથે રાતોરાત બને, સીવાય કે તમારામાં ચોક્કસપણે આગેવાનીના સાહજિક ગુણો હોય. જોકે, જ્યારે તમે સફળતા માટેની યાત્રા કરો છો ત્યારે તમારે આનું ધ્યેય રાખવું જોઈએ, કારણ કે એક વખત તમે શીખર પર પહોંચી જાવ, પછી તે તમને ત્યાં રાખવા માટે મુખ્ય ભૂમિકા ભજવી શકે છે.

6.1

તમારી જાતની આગેવાની લેવી

જો સફળતા માટેની આપણી યાત્રાના ભાગમાં બીજાને દોરવાનો સમાવેશ થાય છે તો સૌ પ્રથમ તમારે તમે તમને પોતાને દોરવામાં કેટલા કુશળ છો તેના પર પ્રકાશ પાડવો જોઈએ. શું તમારી પાસે એવું માળખું છે જેની અંદર રહીને તમે તમારા જીવનને દોરવાની વ્યવસ્થા કરતા હોવ ? શું તમારી પાસે તમે શેમાં માનો છો અથવા તમે બીજાઓ તમને કેવી રીતે સમજે તેવું ઈચ્છો છો તેનું કોઈ લખાણ છે ?

તમારી પાસે માન્યતાઓ અને મુલ્યોનો સ્પષ્ટ ગણ હોય અને તમે જે કાંઈપણ કરો તેમાં તેને લાગુ કરવા માટે પૂરતા શિસ્તબધ્ધ હોવું તે તમારે માટે મહત્વનું છે. આ મંતવ્ય તમને માત્ર તમારા સ્વપ્નને એકધારી રીતે અને અસરકારક રીતે અનુસરવામાં જ મદદ નહીં કરે, પરંતુ તમારાં ધ્યેયમાં તમને સહાય કરનાર આવશ્યક ટેકો કરનાર પધ્ધતિ એવા તમારા સહકર્મીઓ, મિત્રો અને તમારા સમુદાય તમારે કેવું વર્તન કરવું અને કેવી રીતે જોડાવું તેની પણ પ્રેરણા આપશે. તે એવો આધાર પૂરો પાડશે, જેના ઉપર તમે લોકોને દોરશો, આથી તમારી માન્યતાઓનો ગણ જેટલો વધારે નૈતિક અને પ્રમાણિક, તેટલું વધારે સારું. આ વસ્તુ વિશ્વાસ અને વફાદારી પેદા કરશે, જે તમારા લોકોને મહત્તમ કામગીરી કરવામાં મદદ કરવા માટેનાં અને મહાન નેતા બનવા માટેનાં બે મુખ્ય ઘટકો છે.

જો તમારી પાસે એક નૈતિક કંપાસ તમારી માનસિકતાની અંદર જોડાયેલો હોય જે તમે તમારા જીવનને કેવી રીતે દોરો છે, અને તમે બીજા લોકોને કેવી રીતે દોરો છો તેનું સંચાલન કરે છે, તો તમે તમારો દીર્ઘકાળ માટેની ટકાઉ સફળતા અને અંગત વિકાસ પ્રાપ્ત કરો તેવી વધુ શક્યતા છે, ભલે તમારાં સ્વપ્ન સાથે જોડાયેલા હોવા છતાં તમારો અંગત જીવનમંત્ર તમે શું બનવા માંગો છો તેના કરતાં તમે શું માનો છો તેના વિશે વધારે હોય છે. આ તમે કોણ છો તેના વિશેની માન્યતાનું એક વિધાન છે, અને માટે તે બીજાં તમારા વિશે શું ધારે છે તેના પર સૂચક રીતે પ્રભાવ પાડશે. આને તમે તમારી જીંદગી કેવી રીતે જીવો છો અને તમે બીજાને કેવી રીતે સંભાળો છો તેના નકશા તરીકે જોવો. તેને સાવધાની પૂર્વક ધ્યાન પર લો, તારવો અને તેનો અભ્યાસ કરો.

તમારો નૈતિક કંપાસ

તમારો પોતાનો અંગત જીવનમંત્ર ઘડવામાં નીચેની બાબતો વિશે વિચારો :

- તમે તમારા મિત્રો, પરિવાર, સહકર્મીઓ તથા તમારા વ્યવસાય માટે કેવી રીતે કામ કરવા માંગો છો ?
- બીજાઓ માટે તમારાં વચનો શું છે ?
- તમે શું કરો છો અને શેના વિશે કામ કરવા માંગો છો તે બીજાઓ કેવી રીતે વર્ણવે તેવું તમે ઈચ્છો છો ?
- એ કયા **નિયમો** છે જે તમે બીજાં સાથે કેવી રીતે વર્તન કરો છે તેનું સંચાલન કરે છે ?

માન્યતાઓ નો ગણ વિકસાવવામાં તમે ક્ષતિરહિત હોવા જોઈએ અને તમે કોણ છો તેનો સાર પકડવો જોઈએ. તમારી સાચી જાતને શોધવા માટે સમય કાઢો. તે એ સાચો પાયો પૂરો પાડે છે, જેના પર બીજાને દોરવાના હોય છે.

"નિયંત્રણ એ નેતાગીરી નથી; વ્યવસ્થાપન એ નેતાગીરી નથી; નેતાગીરી એ નેતાગીરી છે. જો તમે આગેવાની લેવા ઈચ્છો છો, તો તમે તમારા ૫૦% સમયનું તમારી જાતને દોરવામાં રોકાણ કરો - તમારા પોતાનાં પ્રયોજનો, નીતિઓ, સિધ્ધાંતો, પ્રેરણા અને આચરણ. ઓછામાં ઓછા ૨૦% તમારી ઉપરના સત્તાધીકારીઓને દોરવામાં અને ૧૫% તમારા હાથ નીચેનાઓને દોરવામાં રોકાણ કરો."

– ડી હોક

6.2

પાયો નાખવો

એક પ્રેરણાત્મક આગેવાન હોવું તે યોગ્ય પ્રતિભાને આકર્ષવાની, તે કરી શકે તેટલી શ્રેષ્ઠ કામગીરી કરે તે માટે તેને પ્રેરવાની અને તેને ટકાવી રાખવાની ચાવી છે. આ વસ્તુ સિધ્ધ કરવા માટે, તમારી નેતાગીરીના મંચ અને સંસ્કૃતિને આધાર આપવા માટે તમારે એક યોગ્ય પાયો નાખવો જરૂરી છે.

આના માટે શક્ય તેટલું શ્રેષ્ઠ વાતાવરણ સર્જવું જોઈએ. જેમાં તમારે તમારી ટીમને દોરવાની હોય અને તેમને આબાદ થવામાં મદદ કરવાની હોય. સૌ પહેલાં, તમારે એ વાતની ખાતરી કરવી જોઈએ કે તમારા લોકો પાસેથી મહત્તમ કાર્ય મેળવવા માટે કામનું વાતાવરણ સંવાહક હોવું જોઈએ. તમે તમારું પોતાનું કેવી રીતે સંચાલન કરો છો તેની તમારા જુથ પર ખૂબ જ અસર પડવાની છે. જો તમે સહેજ જુદા, હકારાત્મક, ગતિશીલ અને ઉત્તેજન આપનાર છો, તો આ વસ્તુ તમારા જુથને એ જ રીતે વર્તન કરવાનો ઢોળ ચડાવશે અને તમારા ધ્યેયને

આગળ લઈ જશે. આવા વાતાવરણમાં લોકો આબાદ થશે અને દરેક નવા દિવસની રાહ જોશે. તેનાથી પણ વધુ, તમે જે બોધ આપો છો તે મુજબ વર્તન કરતા હોવાથી, તમે આદર પ્રાપ્ત કરશો અને વફાદારીને પ્રોત્સાહન આપશો.

નિયમિત હકારાત્મક ફીડબેક આપીને, લોકોને વિકસવામાં અને સુધારો કરવામાં મદદ કરીને અને તેમની કામની પરિસ્થિતિથી લઈને વ્યુહ રચના સુધી બધી બાબતોમાં તેમના વિચારો અને અભિપ્રાયો માંગીને, તમે તેમની સંભાળ લો છો તે દર્શાવવું પણ અતિ આવશ્યક છે. એક ખુલ્લી અને પ્રમાણિક સંસ્કૃતિ સ્થાપવા માટે, શું ચાલે છે તે બધા જ જાણતા હોય તેની ખાતરી કરવી તે પણ મહત્વનું છે, જેથી જ્યારે વસ્તુઓ કઈ રીતે પ્રગતિ કરી રહે છે તેના વિશે સંપૂર્ણ સભાન હોવાથી, કોઈને તેમને નિર્ણયમાંથી બાકાત રખાયા છે તેવું અથવા તેમની ભૂમિકા વિશે અનિશ્ચિત હોવાનું ન લાગે.

છેવટે, ઉપરની બધી બાબતોમાં એકસૂત્રતા એ ચાવી છે, જે તમારા જુથ માટે એક મજબૂત સ્વપ્ન મૂકીને પ્રાપ્ત કરી શકાય છે, જેમાં એવા મુલ્યોના એક ગણનો પણ સમાવેશ થાય છે જેને માટે બધા જ સંમત હોય અને જેની સાથે વચનબધ્ધ થઈ શકે. આને કામગીરીની નિયમિત પુનઃતપાસ સાથે, સ્પષ્ટ, વાસ્તવિક લક્ષ્યો તથા નિશ્ચિત ઈનામ અને માન્યતા આપવાના કાર્યક્રમ વડે પીઠબળ અપાવું જોઈએ. આ હકારાત્મક, ઉત્તેજનાર, પ્રોત્સાહક, જાગૃતિ અને નિર્દેશનનું મિશ્રણ તમને યોગ્ય રીતે દોરવામાં અને એક જીતનાર જુથ સ્થાપવામાં મદદરૂપ થવું જોઈએ.

"નેતાગીરીએ ઈરાદાપૂર્વકનો **પ્રભાવ** છે."

– મીશેલ મેકકેની

મહાન નેતાગીરીના ૪ મુદ્દાઓ

આ માળખાંનો ઉપયોગ મહાન નેતાગીરી માટેના મંચનો આધાર પૂરો પાડશે :

પરિસ્થિતિઓ - તમારે એવું **વાતાવરણ** ઉભું કરવું જોઈએ કે બીજા તેમાં સામેલ થવા ઈચ્છે. તે પ્રેરણાને મહત્તમ કરવા માટે ઉત્તેજે અને વ્યસ્ત રાખે તેવું હોવું જોઈએ. હંમેશાં પ્રસન્ન રહો, સફળતા ઉજવો અને મોટા ભાગના બધાને પૂરાણી કહેવત યાદ છે : "જેવું કહો તેવું જ કરો."

તાલીમ આપવી - બીજા લોકોને તેમની સંપૂર્ણ **શક્તિ** સુધી પહોંચવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો. તમારા લોકોની શક્તિઓ અને નબળાઈઓ સમજીને, અને રચનાત્મક ફીડબેક આપીને તમારી કાળજી દર્શાવો. કામગીરીની નિયમિત પુનઃ તપાસણી પધ્ધતિ રાખો.

આદાન-પ્રદાન કરો - આદાન-પ્રદાન ની લાઈન સતતપણે ખૂલ્લી છે અને શું ચાલી રહ્યું છે તે સંબંધિત હોય તેવા બધા સમજે તેની ખાતરી રાખો. જેવું છે તેવું કહો અને સત્ય હકીકતો આપવાનું ટાળો નહીં.

સુમેળ - દૃષ્ટિ અને મુલ્યો **સ્પષ્ટ** રાખો જેની આસપાસ **સુમેળયુક્ત** વાસ્તવવાદી લક્ષ્ય નક્કી કરી શકાય અને તેનું નિરીક્ષણ કરી શકાય. નિયમો મુજબ કામ કરવું આવશ્યક છે.

"**આગેવાન નું કાર્ય** તેના લોકોને તેઓ જ્યાં છે ત્યાંથી તેઓ જ્યાં નથી પહોંચી શક્યા ત્યાં લઈ જવાનું છે."

– હેન્રી કીસીંજર

6.3

ઘમંડથી દૂર રહો

ભલે તમે જેના પર ચણતર કરવાનું છે તે સારી નેતાગારી માટે ઘણા સારા આધાર સાથે, સારી રીતે, શરૂઆત કરી હોય તો પણ, સફળતાને તમારી માથે ચડી જવા દઈને ઘમંડને વશ થવા કરતાં, તમે આ માર્ગને ચાલુ રાખો અને વિકસાવો તેની ખાતરી કરવાનું મહત્વનું છે. જે લોકો સફળતાનો આ વિશ્રાંત સમયગાળો માણતા હોય તેઓ તેમનું વલણ બદલે અને જે લોકો એક વખત તેમને ખૂબ જ આદર આપતા હતા તેઓ તેમને નગણ્ય ગણે તે જોવું ખૂબ જ સામાન્ય છે.

જે વ્યક્તિઓ તેમનાં પોતાનાં મહત્વથી ઉન્મત થઈ જાય છે તેઓ બીજાને મનમાંથી ઉતારી નાખવાનું જોખમ ખેડે છે અને જ્યારે આ વાત તમારા નજીકનાં જુથ સુધી લંબાય છે ત્યારે તે ભાવિ સફળતામાં સૂચક રીતે બાધા ઉભી કરે છે. આવી મગરૂરી તમારા માણસોની નકલખોર

વર્તણુકમાં પણ પરિણમી શકે છે, જે એક ખરાબ વાતાવરણ સર્જે છે અને કોઈ પણ બાહ્ય વ્યવહારોને ચેપ લગાડે છે અને બીજાઓને દૂર રાખે છે.

જે વ્યક્તિઓ આવું ઘમંડી વલણ અપનાવે છે તેઓ તેમની કારકીર્દિમાં અને જીવનમાં જોખમી પ્રદેશમાં પ્રવેશે છે. સાથી જુથ વાતો કરવાનું શરૂ કરશે અને વાત ઝડપથી ફેલાઈ જશે. લોકો પોતાની જાતને દૂર રાખવાનું શરૂ કરે છે તેથી આટલા સમયમાં ઉભું કરાયેલ અંગત અને સહાયક નેટવર્ક છૂટું પડવાનું શરૂ થઈ જશે.

તમારા જીવન અને કારકીર્દિમાં જમીન પર રહીને આમ બનતું ટાળો. તમે મેળવેલ સફળતાની ઉજવણી કરો, પરંતુ બીજા કરતાં વધુ શ્રેષ્ઠ પદ ન વિકસાવવા માટે સાવધાન રહો. યાદ રાખો કે આત્મવિશ્વાસ અને મગરૂરી વચ્ચે વિભાજન કરતી એક સુક્ષ્મ રેખા છે. માટે તમે બીજા સાથે કેવી રીતે વાત કરો છો, તમે તેમની સાથે કેવી રીતે જોડાવ છો, તમે તમારે પોતાને વિશે શું કહો છો અને તમે તમારી સિધ્ધિઓને કેવી રીતે વર્ણવો છો તે સાંભળો. તમારી ભાષા અને તમે બીજા સાથે કેવી રીતે વર્તન કરો છો તે વિશે જાગૃત રહો. સમાનુભૂતિ સંબંધો ઘડે છે અને તમારાં સાથી જુથો પાસેથી માન મેળવે છે. ઘમંડ અંગત વિકાસ અને મૈત્રીને અવરોધે છે. માટે અંધારી બાજુએ ન રહો, કારણ કે તે લોકો તમારા તરફ પીઠ ફેરવી લેશે.

"**વિનમ્રતા** એ **મહાન** નેતાની નિશાની છે."

– જીમ કોલીન્સ

છૂપાં જોખમો

એક વખત તમે ઘણી બધી સફળતાઓ માણી લો પછી તમારી જાતને બીજાઓ કરતાં **ઉચ્ચતર** વિચારવી તે સરળ છે, પરંતુ આ એક મોટી **ભૂલ** છે કારણ કે તે લોકોને તમારાથી દૂર લઈ જશે અને તમારા **સ્વપ્નની** પ્રવૃત્તિને ગંભીરપણે તોડી નાખશે. તમે ઘમંડી વર્તણુક દર્શાવવાનાં છટકામાં ન પડો તેની ખાતરી રાખો, મુખ્ય અણગમતી હકીકતો નીચેની બાબતોનો સમાવેશ કરે છે :

- તમારી પાસે બધા જવાબો છે તેમ વિચારવું.
- બીજાના મતોને અવગણવા
- સહકર્મીઓને ન સાંભળવા

- જે તમારી સાથે સંમત ન થાય તેમનો ઠેકડી ઉડાડવી
- બીજા લોકોની લાગણીઓને હીસાબમાં ન લેવી.

"**ભાવનાઓ** જ્યારે વિનમ્રતામાં ગોઠવાઈ જાય છે ત્યારે બમણી તેજસ્વીતાથી ચળકે છે. એક **સક્ષમ** અને છતાં **નમ્ર** માણસ રાજ્યને લાયક રત્ન છે."

– વીલીયમ પેન

6.4

મહત્વની માનસિકતાઓમાં ઘુસવું

એક મહાન નેતા અને પ્રેરક બનવા માટે, તમારે તમારા લોકોને કામ કરવા માટે ખૂબ જ અનુકુળ વાતાવરણ સર્જવું અને તેની સાથે તથા તમારા જુથ સાથે ઉચ્ચ રીતે જોડાયેલા હોવું જરૂરી છે.

એક જુથની આગેવાની કરવી એટલે ઘણા જુદા જુદા સ્તરે જોડાણ જરૂરી છે. તેમજ જે લોકો તમારા સ્વપ્નની પ્રવૃત્તિમાં તમને મહત્વનો ટેકો આપે છે. તેમની જરૂરીયાતો, દૃષ્ટિઓ તથા મહત્વાકાંક્ષાઓ સાથે સંવાદી રહેવું તેમજ બીજાં જુથો, જે તમારી સફળતા માટે આવશ્યક છે તેમની સાથે નજીકની કડી વિકસાવવી પણ જરૂરી છે. આમાં તમારા શ્રોતાઓ - ગ્રાહકો અથવા લોકોનાં બીજાં જુથો, જેઓ સીધા ખરીદે છે, ઉપયોગ કરે છે અથવા તમે જે કરો છો તેમાંથી ફાયદો મેળવો છે, તેમનો પણ સમાવેશ થાય છે. તેમની માનસિકતા સમજવી તેનો અર્થ તમે ઘણી વધારે સારી સેવા આપી શકો છો તેવો થાય છે.

પછી એવા લોકો છે જેઓ તમારા તંત્ર અથવા જુથના ભાગ નથી, પરંતુ તમારા સફળતાનાં સ્તર પર જેમનો પ્રભાવ છે. તમારે તમારાં સ્વપ્નને પૂરાં કરવાની યાત્રા શક્ય તેટલી સરળ બનાવવા માટે આ હિસ્સેદારોને ઓળખવા તથા તેમની જરૂરિયાતોની સાવધાનીપૂર્વક વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ.

સરસ, મજબૂત નેતાગીરીમાં તમારી સફળતામાં ભાગ ભજવતાં જુદાં જુદાં બધાં જ જુથોનો સ્વીકાર કરવાનું, સમજવાનું તથા તેમને સંભાળવાનો સમાવેશ થાય છે. તમારે તેમને માટે સમાનુભૂતિ વિકસાવવી અને તમે જે સાંભળો છો તેનું અર્થઘટન કરીને તેમની વિચારસરણીનું મુલ્યાંકન કરવું જરૂરી છે. તમારી જાતને આ નેટવર્કમાં ડુબાડી દેવી તે તમને તેમના ચાલકબળો તેમજ પ્રેરકબળોનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ પૂરો પાડશે, અને તમારા ધ્યેયના ટેકામાં તેઓને શેની જરૂર છે તે આપવા માટે તમે વધુ સારી રીતે સજ્જ હશો.

નિર્ધારિત કાર્યક્રમનાં ત્રણ સ્તરો

તમારે તમારા વાતાવરણ અથવા રસના સમુદાય વિશે નીચેનાં ત્રણ સ્તરોએ વિચારવું જોઈએ અને તેમની જરૂરિયાતોને અનુસરવી જોઈએ :

કર્મચારીઓ - તમારે એ લોકો સાથે **સંબંધ સ્થાપવો** જરૂરી છે, જેમનો વિશ્વાસ અને માન તમારે જીતવાં જોઈએ. તમારી જાતને તમારા જુથની અંદર જડી દો અને તેમની જરૂરીયાતો અને મહત્વાકાંક્ષાઓ **સમજવા** પ્રયાસ કરો. લોકોને દેખાડવું કે તમે તેમની કાળજી કરો છો. તે લાંબે સુધી ચાલે છે, પરંતુ આ તમારે પ્રમાણિકતાપૂર્વક કરવું જોઈએ.

હિસ્સેદારો - આ જુથ એક જાહેર કંપનીના મુખ્ય કાર્યપાલક માટેના શેરધારકો અથવા એક હેડમાસ્તર માટે સંચાલકોનું મંડળ હોઈ શકે. આવાં જુથો લાંબાગાળાના અંગત જોડાણકર્તા બની શકે તેમ હોવાથી તમારાં ભવિષ્યને ટેકો કરવામાં ખૂબ જ **પ્રભાવક** હોઈ શકે, તેમની જરૂરીયાતોને સંતોષવી અને સમજવી તે અતિ આવશ્યક છે !

પ્રાથમિક શ્રોતાઓ - આ જુથ તમારા **લક્ષ્ય પરનાં** જુથનું પ્રતિનીધિત્વ કરે છે. કંપનીઓ માટે તેના ગ્રાહકો, શિક્ષણવિદો માટે તેમના વિદ્યાર્થીઓ અને રાજકારણીઓ માટે તેમના મતદાતાઓ. તમારા પ્રાથમિક શ્રોતાઓની જરૂરીયાતોમાં ઉંડું ખોદવાની ક્ષમતા તમને **વર્તમાન** અને **ભાવિ** જરૂરીયાતોને સમજવામાં મદદ કરશે.

"**અજવાળું ફેલાવવાની** બે રીતો છે : મીણબત્તી બનવું અથવા આયનો, જે તેને **પ્રતિબિંબિત** કરે છે."

– એડીથ વ્હાર્ટન

6.5

લાંબાગાળા માટે દોરવણી આપવી

માત્ર ટૂંકાગાળા માટે જોવા કરતાં, એવું વાતાવરણ સર્જવું જે ટકાઉ સફળતાને પ્રોત્સાહિત કરે, તે માત્ર તમને શરૂઆતમાં તમારાં સ્વપ્નને મેળવવાની તમારી ચાલમાં જ મદદ નહીં કરે, પરંતુ એ સ્થિરતા પણ આપશે જેના પર તમે અને તમારું તંત્ર સમૃદ્ધ થઈ શકે.

એક નેતા તરીકે, એમ દર્શાવવું કે તમારું મગજ તમે વર્તમાન પર જેટલું કેન્દ્રિત કર્યું છે તેટલું જ લાંબાગાળા પર પણ કેન્દ્રિત છે. તે તમારા લોકોને એ વિશ્વાસ અપાવશે કે તેમનું ભવિષ્ય સલામત હાથોમાં છે. પરિણામે, તેઓ તેમનું ભવિષ્ય, તે જે સમર્પિતતા, વચનબધ્ધતા અને વફાદારી લાવે છે તેની સાથે, તમારી પાસે ગીરો મૂકશો.

તેવી જ રીતે, કોઈપણ હિસ્સેદાર આ વલણથી ફરી આશ્વસ્ત થશે અને તેમના ટેકા માટે વચનબધ્ધ થવા અથવા લાંબાગાળાનો કરાર કરવા વધુ ઈચ્છુક બનશે. આ બધું તમારી સફળતામાં મોટો ફાળો આપશે.

આનો અર્થ છે કે તમારી માનસિકતા “છેલ્લે સુધી ચણવું” ફીલોસોફી આસપાસ અભિમુખ થયેલી હોવી જોઈએ. જ્યારે નાના ગાળાનાં લક્ષ્યો સિધ્ધ કરવા તે વિજય માટે આવશ્યક છે ત્યારે, તે જીવન, કારકીર્દિ, સંબંધો અને પરિવાર માટે ઉંચા પ્રયોજનો સાથે પણ જોડાવા જોઈએ.

સાચી સફળતા અલ્પકાલિક નથી હોતી, પરંતુ તે ઉંડા મૂળીયાં ધરાવતા સિધ્ધાંતો પર આધારિત હોય છે જે કશુંક પાછું આપવા ઈચ્છે છે. ઘણી સંસ્થાઓ તથા વ્યક્તિઓ એવો વારસો છોડી જવા માંગે છે જે ભવિષ્યમાં લાંબા સમય માટે મુલ્યો ઉમેરશે. આ સિધ્ધ કરવા માટે, ટૂંકાગાળાની પ્રાપ્તિઓ લાંબાગાળાના નુકશાન તરફ દોરી જતી હોવાથી તેને ટાળો. પરંતુ તેને બદલે તમારી વિચારસરણીને ટકાઉપણાના સિધ્ધાંત સાથે જોડો.

આ માનસિકતાને ગળે લગાડો અને તમે અવિરત સફળતા અને પરિપૂર્ણતાનો અનુભવ માણતા ભવિષ્યના સિતારા બની જશો. લાંબાગાળાનું દૃશ્ય હકારાત્મક માનવ ગુણમાં અનુવાદિત થાય છે જે આકર્ષે છે, વ્યસ્ત રાખે છે અને બીજાઓને ઉર્જાવાન બનાવે છે.

“ટુંકાગાળાની **પ્રાપ્તિ** - લાંબાગાળાનું **નુકશાન** ”

– અજ્ઞાત

સાતત્યપૂર્ણ માનસિકતા

ઘણી બધી વાર, સફળતામાં થયેલો ઓચિંતો ઉગમ નીચેની બાબતોને કારણ ધોવાઈ જાય છે :

- **પ્રયોજન ગુમાવવું**
- સફળતા સ્વીકારવાની **અસમર્થતા**
- લોભ અને વધુની ઈચ્છા
- ઘમંડ અને વાસ્તવિકતાથી **અસંબધ્ધતા**
- વધુ પડતી આસક્તિ
- સ્વ નિયંત્રણનો **અભાવ**

જ્યારે નીચેની બાબતો કરશો ત્યારે તમે અવિરત સફળતા અને વૃધ્ધિ પ્રાપ્ત કરશો :

- તમારા પ્રયોજન સાથે **જોડાયેલા** રહો
- તમે જે કરો છો તેને માટે **મોહાંધ** છો
- બીજા વિશે **કાળજી** લો છો અને તેમની માનસિકતા સાથે જોડાયેલ રહો છો.
- તમે જે કરો છો તેમાં **તફાવત** ઉભો કરો છો તેવું અનુભવો છો.
- તમે શું પ્રાપ્ત કરવા માંગો છો તેનું **સ્વપ્ન** સેવો જે તમારા મનમાં સ્પષ્ટ રહે છે.

6.6

અધરા નિર્ણયો પર કામ કરવું

અનિવાર્ય રીતે સફળતા મેળવવી તેનો અર્થ થાય છે કે એવો સમય આવશે જ્યારે તમારે થોડાક મોટા નિર્ણયો લેવા પડે - અને તે ક્યારેય સહેલું નથી હોતું. એક આગેવાન તરીકે તમે આ અઘરા નિર્ણયો માટે અને તેમનાં પરિણામો પર સાવધાનીપૂર્વક ધ્યાન આપવા માટે તૈયાર હોવ તે અતિઆવશ્યક છે કારણ કે તેમની બીજા લોકોનાં જીવન પર અને તમારી લક્ષ્ય પ્રાપ્તિની શક્યતાઓ પર નાટકીય અસર થઈ શકે છે.

તમારે એક વ્યક્તિને તેના નબળા દેખાવ માટે ફાજલ કરવો પડે અથવા સખત ઠપકો આપવો પડે તેવું બની શકે છે. આવા કિસ્સાઓમાં, એ અઘરી પસંદગીઓ કરવાનું ટાળવાની અને એ રીતે સહકર્મીઓ, જુથના સભ્યો અને તમારા સાથી જુથોમાં અણગમતા થવાનું જોખમ ઓછું કરવાની લાલચ થઈ શકે છે. દુર્ભાગ્યે, આ નિર્ણયો તમારે તમારાં સ્વપ્નો પૂરાં કરવા માટે કરવા જ પડે છે, અને કેટલાક કિસ્સાઓમાં તેમને ટાળવા તે ખરેખર તો તમારી મહત્વાકાંક્ષાને પાટેથી ઉતારી ન ખાવી શકે છે. આનો અર્થ છે કે જો તમારા ધ્યેયને ટેકો આપતું લોકોનું એક જુથ તમારી પાછળ છે, તો તમે તમારી જવાબદારીનો સામનો ન કરવાને કારણે તેમને પણ તમારા વડે ગેરફાયદો કરાવશો. એવી પણ શક્યતા છે કે મોટો નિર્ણય લેવાથી શરમાવું તે તમને નબળા દેખાડી શકે છે, જે તમારી નેતા તરીકેની સત્તાને તોડી શકે છે.

હંમેશાં પડકારજનક પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરવો અને તેમની સાથે વ્યાવસાયિક રીતે વ્યવહાર કરવો તે આની ચાવી છે, જેથી તમે તમારી આસપાસના લોકો પાસેથી માન મેળવો. આમાં તમારી પસંદગી પાછળનાં તમારાં કારણ વિશે બધાં સ્પષ્ટ છે તેની ખાતરી કરીને, તમારે કરવા પડતા નિર્ણયો વિશે ખૂલ્લા દીલના અને પ્રમાણિક હોવાનો સમાવેશ થાય છે. જો બાબત એક અથવા વધુ વ્યક્તિઓને સંડોવતી હોય તો તેમની સાથે ન્યાયી રીતે અને યોગ્ય શિષ્ટાચારને અનુસરીને વર્તન કરવું - અને તેમની સાથે તે રીતે વર્તન કરતા દેખાવું - અતિ આવશ્યક છે. આમ કરવાથી ઓછામાં ઓછું તમે માન તો મેળવશો - કદાચ જેઓ તમારા નિર્ણય સાથે સંમત નથી તેમની પાસેથી પણ - અને તમને એક મજબૂત નેતા તરીકે પણ જોવામાં આવશે જે તેમની ટીમને ખાતર તેમની જવાબદારીઓનો સામનો કરવા માટે પૂરતા હિંમતવાન છે.

"સફળ નેતાઓમાં જ્યારે બીજા અચકાતા હોય ત્યારે **પગલું** ભરવાની **હિંમત** હોય છે."

– જહોન સી. મેક્સવેલ

યોગ્ય વસ્તુ કરવી

જ્યારે એક મુશ્કેલ નિર્ણય કરવાની અને આપવાની સામે આવવાનું બને ત્યારે યાદ રાખો કે :

- તે શા માટે કરવામાં આવ્યા તે **સમજાવો**
- બીજા માટેનાં **આદર** સાથે તે પહોંચાડો
- વસ્તુઓ કેવી રીતે **બદલાશે** તે વિશે આંખે દેખ્યો અહેવાલ પૂરો પાડો.

જ્યારે નિર્ણયો માત્ર શુધ્ધ રીતે ગમતું હોવાથી અને યોગ્ય કારણ માટે નહીંના આધારે હોય તો તમે લગભગ ચોક્કસપણે વધારાની સમસ્યાઓ સર્જશો. સફળ માણસો **યોગ્ય કારણોસર** વસ્તુઓ કરવા વડે બીજા પાસેથી માન મેળવે છે.

"બધાને ખૂશ કરવા જશો, તો અને તમે કોઈને ખૂશ નહીં કરો."

– ઈસપ

6.7

ટેકો અને વિકાસ

અસરકારક નેતાગીરી અને વ્યવસ્થાપન આપણી પોતાની અંગત સફળતા સિધ્ધ કરવાનાં તાણાવાણામાં વણાઈ ગયાં છે. તમારે તમારો સમય, પ્રયાસ અને સ્ત્રોતો એવી વ્યક્તિઓને શિક્ષણ આપવામાં તથા પ્રોત્સાહિત કરવામાં અર્પવા જોઈએ જેઓ તમારી મહત્વાકાંક્ષાઓ સમજવામાં મહત્વની હોય. દરેક વ્યક્તિ અલગ હોય છે અને દરેક માટે પ્રેરણાનાં ઉઘાડ-બંધ કરવાનાં બટનો જુદાં હોય છે તે તમારે શીખવું જોઈએ. તમારે તમારી નેતાગીરીની શૈલીને તમારા માણસોનાં વ્યક્તિત્વ અને તેઓ જે કાર્ય કરવા સંમત થયા છે તેને પ્રતિબીંબિત કરે તે રીતે અપનાવવી જોઈએ.

બીજા લોકોના અંગત વિકાસ અને વૃધ્ધિને ટેકો આપવો તે અતિશય વળતર આપનાર કાર્ય હોવાથી તમે આ પ્રક્રિયામાંથી ઘણું પ્રાપ્ત પણ કરશો. તમે તમારા મિત્રો, પરિવાર તથા સહકર્મીઓની જીંદગીને ટેકો આપ્યો છે અને તફાવત ઉભો કર્યો છે તેવું અનુભવવું તે તમારી યાત્રાનો એક મહત્વનો ભાગ છે.

કામગીરીની સંસ્કૃતિ અને માનસિકતા સજ્જડ રીતે મનમાં બેસાડી દેવાં તે પણ તમારા રોજીંદા કાર્ય અને જીવન માટે તેટલું જ મહત્વનું છે. આમાં તમારા પોતાની અને તમારાં જુથની પ્રગતિનું નિરીક્ષણ કરવા માટે સાદા અને સ્પષ્ટ મીકેનીઝમ અને પગલાંઓને પ્રોત્સાહન આપવાનો પણ સમાવેશ થાય છે. આવાં પગલાંઓ વિશે કોઈપણ ગેરસમજ ટાળવા માટે સંબંધિત બધા સાથે આદાન-પ્રદાન થવું જોઈએ.

તમારી સફળતાનાં ચોક્ઠાંના ભાગ છે તથા બીજા લોકોને અસરકારક રીતે સંભાળવાનો અર્થ થાય છે કે તમારે કામગીરીને જુદી જુદી રીતે જોવી પડશે. કેટલીક વ્યક્તિઓ માટે, તેમને વિકસવા દેવા માટે તમારે વધુ ટેકારૂપ ભૂમિકા પૂરી પાડવી જોશે. આ તેમની ફરજો બજાવવા માટે મહત્વશીલ કુનેહો અને નિપુણતા પ્રાપ્ત કરવાની તેમની જરૂરીયાતનું પરિણામ હોઈ શકે.

બીજે છેડે, નકારાત્મક વર્તણુક, જેવી કે આળસુપણું અથવા કાળજીનો અભાવમાંથી પરિણમતી નબળી પ્રગતિ સાથે વધુ શિસ્તબધ્ધ રીતે વ્યવહાર થવો જોઈએ. સફળતા અને પ્રાપ્તિનો યોગ્ય પ્રશંસા અને ઈનામ વડે બદલો અપાવો જરૂરી છે. આવી સ્પષ્ટતા સાથેની માનસિકતા બધાને સમાન દિશામાં આગળ વધારે છે. તે તમને બીજા લોકોને દોરવામાં મદદ કરે છે જેથી તેઓ તમને સફળ થવામાં ટેકો આપે.

“જુથના સભ્યો ને ખબર પડે કે તેઓ તમારી સાથે કામ કરે છે તમારે માટે નહીં, તે વાતની ખાતરી કરો.”

– જહોન વુડેન

કામગીરીની સંસ્કૃતિ

લોકોને એક બાજુએ કરી દેવાનો મૂલાધાર નીચેની બાબતોમાં તમારી ક્ષમતા વિકસાવવી તે છે :

- **પ્રશ્નો** પૂછીને આગેવાની પૂરી પાડો - જવાબ પૂરા પાડીને નહીં

- **ચર્ચા** અને સંવાદમાં પ્રવેશો (બળજબરી કરવાની સખત મનાઈ છે !)
- કામગીરીની પુનઃતપાસ કરો, પરંતુ દોષ આપવાનું ટાળો.

તમારી આગેવાની હેઠળની વ્યક્તિઓએ નીચેની વસ્તુઓ કરવી જોઈએ :

- તેમની પાસેથી શેની અપેક્ષા છે તે વિશે સ્પષ્ટ હોવું.
- સમાવિષ્ટ સમય માપણી અને મુખ્ય સીમા ચિન્હો સમજવાં
- વાયદો ન પાળવાની અસર તથા પરિણામો સ્વીકારવા.

"તમે ડર વડે પ્રેરિત કરી શકો, અને તમે **ઈનામ** વડે પ્રેરિત કરી શકો. પરંતુ તે બન્ને પધ્ધતિઓ માત્ર હંગામી છે. એક માત્ર શાશ્વત વસ્તુ છે, સ્વપ્રેરણા."

– હોમર રાઈસ

6.8

નિર્ણયો લેવા

તમારી અંગત અને વ્યાવસાયિક મહત્ત્વાકાંક્ષાઓ સાવધાની પૂર્વક નિર્ણય લેવાની પાર્શ્વભૂમિકાથી વિરુદ્ધ આગળ વધારવી જોઈએ. તમારી સફળતા માટેની તરસમાં તમારે સતતપણે વિકલ્પોનો સામનો કરવો પડશે - તમે જે નિર્ણયો લેશો તે તમે જે દિશાઓ અને વ્યુહરચનાઓનો અમલ કરો છો તેની અસરકારકતા સીધી જ નક્કી કરશે. તમારે હંમેશાં "યોગ્ય વસ્તુઓ કરવી" અને "યોગ્ય કારણોસર" ના આધારે નિર્ણયો લેવાનું ધ્યેય રાખવું જોઈએ - આ વસ્તુ બીજા લોકોને અનુસરવા માટે પ્રેરિત કરે છે. આવી માનસિકતા અને વલણ, નિરપવાદપણે, એક વફાદાર અને સમર્પિત અનુયાયીમંડળ ઘડે છે. આ પ્રકારની નેતાગીરી "અનુસરણ"ની ફરજ પાડે છે. તમારી પાછળ યોગ્ય વ્યક્તિ હોય જે તમને ટેકો કરતી હોય, તો તમારી યાત્રા વધુ સરળ બની જાય છે.

અસરકારક નેતાગીરીનો અર્થ છે ઘણા બધા નિર્ણયો લેવા, જેમાંના ઘણા વિશે સ્પષ્ટતા કરવી પડશે કારણ કે તેઓ લોકોનાં જીવન અને કલ્યાણ પર અસર કરે છે. નિર્ણય લેવા તે હાથમાંના ધ્યેય માટે જે શ્રેષ્ઠ છે તેના પર આધારિત હોવા જોઈએ - સફળતાનાં સૂત્રો આને "શ્રેષ્ઠ ઈરાદાવાળા" નિર્ણયો તરીકે ઓળખાવે છે, જે ઉચિત, માનપાત્ર, માન સાથે આદાન-પ્રદાન કરાયેલ અને સંબંધિત બધા લોકોના શ્રેષ્ઠ હિતમાં હોય તેવા હોય. ચેતો, બધા લોકો તમારા કાર્યની રીત સાથે સંમત નહીં થાય.

જો તમે તમારા સમાજની દરેકે દરેક વ્યક્તિ પર તમારી કેવી છાપ પડશે તેનું સતત વિશ્લેષણ કરતા રહેશો તો લાસરીયાપણું પ્રવર્તશે. આવા સંજોગો હેઠળ, નિર્ણય લેવાનું લંબાણે પડે છે અને કશું થતું નથી. પછી તમે તમારાં લક્ષ્ય તરફની પ્રગતિના અભાવને કારણે હતાશ થાવ છો.

જ્યાં સુધી તમે જે નિર્ણય લો છો તે તમારાં પોતાનાં અંગત મંતવ્યો વડે માર્ગદર્શિત છે, તો તમે એ બાબત સુરક્ષિત હોઈ શકો કે તમે તે યોગ્ય મનોબળ સાથે અને અકારણ બીજાને નકારાત્મક અસર કરવાના કોઈ ઈરાદા વગર લીધા છે. જોકે, કેટલાક નિર્ણયો એક વખત અણગમતા હશે અને તેને ટાળી ન શકાય. બધાને ખૂશ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો અને તમારી દલીલોને વિગતવાર સમજાવવી તે વ્યવહારુ નથી - તેને માટે વધારે પડતા સમય અને પ્રયાસની જરૂર પડે છે. તે તમારી નેતા તરીકેની અસરકારકતાને પણ મંદ પાડી દે છે.

"કોઈક વખત તમે વાડની કઈ બાજુ ઉતરો છો તેનાથી કોઈ ફરક નથી પડતો. તમે ઉતરો છો તે સૌથી મહત્વનું છે. **નિર્ણયો** લીધા વગર તમે **પ્રગતિ** કરી શકો નહીં."

– જીમ રોન

શ્રેષ્ઠ પ્રયોજનના સિધ્ધાંતો

તમારાં સ્વપ્ન તરફની તમારી યાત્રામાં તમારે શ્રેષ્ઠ પ્રયોજનના છૂપા સિધ્ધાંતો ને અનુસરીને તમારા લોકોને દોરવા જોઈએ. તે છે :

- બીજા માટે કોઈ દ્વેષભાવ કે પીડાને કારણે નહીં.
- મુલ્યો લાવવા અને ઉમેરવાની પ્રમાણિક આકાંક્ષા

- તમારા સમુદાયમાં કોઈની પણ ઉપર માનહાની લાદવાનું ટાળવું
- લોભની મુક્ત
- બધા નિર્ણયો બધાની સફળતાના હિતમાં લેવાય

જ્યારે તમારી માનસિકતા શ્રેષ્ઠ પ્રયોજનો સાથે સંલગ્ન હોય, તો તમે બીજા તરફની તમારી નૈતિક ફરજો પરિપૂર્ણ કરી છે.

"આપણે જાણીએ છીએ કે જે લોકો રસ્તાની વચ્ચેવચ્ચ ઉભા રહે છે તેમનું શું થાય છે. તેમને ચગદી નખાય છે."

– એન્યુરીન બેવન

6.9

મહત્વના સંદેશાઓ દૃઢ કરવા

એ ખાતરી કરવા માટે કે મુખ્ય કાર્યો સમયસર અને યોગ્ય રીતે કરાય છે, તમારે મહત્વના સંદેશાઓ તમને પોતાને અને તમે જેમની આગેવાની કરો છો તેમની પાસે એકધારી રીતે દૃઢ કરવા તે મહત્વનું છે. આ તમને તમારું સ્વપ્ન સિધ્ધ કરવા માટે માર્ગ પર રાખવામાં મદદ કરે છે. તમે અને તમારા માણસો એક વ્યસ્ત વાતાવરણમાં કામ કરતા હોવ તે શક્ય છે, જ્યાં મહત્વની માહિતી ભૂલી જવાય તે સરળ છે. આથી એક એવી પ્રણાલી હોવી જે તમારાં જુથને મદદ તથા ટેકા માટે મહત્વની વિગતોને નિયમિતપણે દૃઢ કરે તે સારી નેતાગીરીની નિશાની છે.

જ્યારે બીજા લોકો તમારી સફળતાનાં સમીકરણનો ભાગ બને ત્યારે નિયમિત આદાન-પ્રદાન સંભાળવું તે અતિઆવશ્યક છે કે જે લાગતા વળગતા બધાને શું પ્રાપ્ત કરવું જરૂરી છે તે વિશે સ્પષ્ટ રહેવા સમર્થ કરે છે. આનો અર્થ તમારી જાતે વારંવાર રજુ કર્યા કરવું તેવો છે, પરંતુ આવશ્યક સંદેશાઓના આદાન-પ્રદાનમાં દૃઢતા છેવટે એ ખાતરી આપે છે કે તે એક સંયુક્ત વિચારસરણી છે - અને લોકો તેમને માર્ગ પર રાખવા માટે તમારો આભાર માનશે.

મહત્વની માહિતીઓ દૃઢ કરતી વખતે, તમારે એ ખાતરી કરવાની જરૂર છે કે તમે સુસંગત છો. જો નથી, તો તમને ખોટી રીતે સમજવામાં આવશે અથવા તમે ગૂંચવણ ઉભી કરવાનું કારણ બનશો. બીજા શબ્દોમાં, તમે મિશ્ર સંદેશાઓ મોકલતા હશો, અને તે તમારી નેતા તરીકેની ક્ષમતાને ઉખેડી નાખી શકે. તેનાથી પણ વધારે, બીજા તમારા અવાજને અવગણવાનું શરૂ કરશે તેથી તમે હતાશ થઈ જશો.

સ્પષ્ટતા અને સુસંગતતા સાથે સુપરત કરાયેલ માહિતી સતત પૂરી પાડવી તે અસરકારક આદાન-પ્રદાનનો મુખ્ય આધાર છે. જ્યારે તમે આને તમારા રોજીંદા નિત્યક્રમમાં દાખલ કરો, ત્યારે માત્ર તમે બીજાઓ સાથે વધારે અસરકારક રીતે જોડાશો જ નહીં, પરંતુ તમે જે કહેવા ઈચ્છો છો તે કહેવાનું વધુ સરળ પણ અનુભવશો.

સ્પષ્ટતા અને સુસંગતતા

નીચેની બાબતો વિશે વિચારવા માટે સમય કાઢીને, તમે બીજા લોકોની સાથે જેનું આદાન-પ્રદાન કરવા માંગો છો તે શું છે તે વિશે સ્પષ્ટ રહો :

- તમે **શું** કહેવા માંગો છો
- તે શા માટે **મહત્વનું** છે
- તમે તે **કેવી રીતે** કહેવાના છો

જો લખી લેવાથી મદદ મળતી હોય તો તેમ કરો - પરંતુ વાતની ખાતરી કરો કે તે યોગ્ય દૃઢતા સાથે પહોંચાડાયું છે અને એવી રીતે જે ખાતરી આપે છે કે કોઈ ગેરસમજ નથી. એવી વ્યક્તિ તરીકે જોવાવાનું જોખમ ન ઉઠાવો જે બધો સમય “એક વાત પરથી બીજી પર” કુદ્યા કરે છે.

“લોકો જેટલું **ઓછું** જાણે છે, તેટલો **વધારે દેકારો** કરે છે.”

– સેથ ગોડીન

“આદાન-પ્રદાનની નિષ્ફળતાથી સર્જાયેલ શૂન્યાવકાશ હાનીકારક વિચાર, નાદાની અને ખોટા અહેવાલથી તરત જ ભરાઈ જાય

છે.”

– સી. નોર્થકોટ પાર્કીન્સન.

6.10

ઉદાહરણ વડે દોરવા

તમે જેટલા ઝડપથી તમારી આસપાસના લોકોને અસરકારક રીતે ફેરફારો સ્વીકારતા, અપનાવતા અને અમલમાં મૂકાવતા કરાવી શકો, તેટલા તમે તમારી સફળતા માટેની યાત્રામાં આગળ આવશો અને તેટલા ઝડપથી તમે તમારા નિશ્ચિત કરેલ સ્થાને પહોંચશો. આ રીતે કરવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ ઉદાહરણ દ્વારા દોરવણી આપવાનો છે.

જૂની-શાળાની નેતાગીરી “હું કહું તેમ કરો, કરું તેમ નહીં.”ની રીતને બઢાવો આપે છે. આવું સરમુખત્યારશાહીવાળું વલણ શ્રેણીઓમાં મનદુઃખ અને ભ્રમનિરસન સર્જવાનું જોખમ ઉઠાવે છે. નેતાગીરી તરફનું વધારે પ્રગતિશીલ વલણ “જે મેં પોતે અત્યાર સુધી નથી કર્યું અથવા જે હું અત્યારે કરવા નથી ઈચ્છતો તેવું કશુંક કરવાનું હું તમને નહીં કહું.”ના ડહાપણને અનુસરે છે. આવી ફીલોસોફી બદલાવની હકારાત્મક પ્રગતિ માટે પાયો પૂરો પાડે છે.

સફળ માણસો માત્ર વાક્ચાતુર્યનો ઉપયોગ નથી કરતા તેઓ તેમના શબ્દોને ક્રિયાઓ વડે ટેકો આપે છે. આવી માનસિકતાને લાગુ કરવાથી લોકો તરત જ જાણે છે કે તમે જે કહેશો, તે તમે કરશો જ. આવું વલણ લેવું તે તમારી વિશ્વસનીયતા ઘડે છે, તમારી પ્રતિષ્ઠા વધારે છે, મન અને હૃદય જીતે છે અને વિશ્વાસ અને વફાદારીની આબોહવા પોષે છે.

દુનિયા ખોખલાં વચનો કરવાવાળાથી ભરેલી છે, માટે ઉપરચોટીયા હોવાના છટકામાં પડો નહીં તેની ખાતરી રાખો. જ્યાં હકારવાચક ક્રિયા તમારા શબ્દોને અનુસરે છે, તેવી ફીલોસોફી આગળ વધારીને ટોળાંથી અલગ ઉભા રહો. એમ કરવાથી, તમે બીજા લોકોને તમારાં પગલાંને અનુસરવા માટે, તમારી સૂચનાઓ અને સલાહો પર કામ કરવા અને તમારાં પોતાનાં અંગત ધ્યેય પર તમને ટેકો આપવા પ્રેરિત કરશો.

"એક નેતા એ છે જે માર્ગ **જાણે** છે, તે માર્ગે **જાય છે** , અને માર્ગ **દર્શાવે** છે."

– જહોન સી. મેક્સવેલ

નેતાગીરીની વિશ્વસનીયતા માટેનાં ૫ પગલાં

તમે કહો છો તે મુજબ કરો છો તેની ખાતરી કરવા આ સાદી રીતોને અનુસરો :

૧. તમે જે **બદલાવ** જોવા ઈચ્છો છો તે બનો. નેતાઓ બીજા લોકો પાસેથી જે માંગણી કરે છે તે ક્રિયાઓ તથા વર્તણુક તેઓ પોતે કરે છે તે જોવું તે લોકો માટે અતિશય શક્તિશાળી હોય છે.

૨. જો તમે એક નિયમ બનાવો અથવા એક પ્રક્રિયા તૈયાર કરો તો તમે તેને બદલી નાખવાનું નક્કી ન કરો ત્યાં સુધી તેને **અનુસરો** . જો તમે નિમયોને ન અનુસરો તો બીજા શા માટે અનુસરે ?

૩. જાણે તમે **જુથના ભાગ** હોવ તેવી રીતે કામ કરો અને તમે બીજા પાસેથી જે અપેક્ષા રાખતા હો તે કરો. લોકો કદર કરશે કે કામ થવા માટે જરૂરી પ્રયાસો વિશે તમે અંગત રીતે જાણકાર છો. તેઓ તમારી નેતાગીરી પર વિશ્વાસ કરશે. કારણ કે તમે તેમના અનુભવમાંથી પસાર થયા છો.

૪. લોકોને એ લક્ષ્યો **સિધ્ધ** કરવામાં મદદ કરો જે તેમને માટે તેમજ તમારે માટે મહત્વનાં છે. એ ખાતરી કરો કે તમારે દરેકને માટે કશુંક છે, જે પ્રયાસ અને કાર્યમાંથી પરિણમશે.

૫. તમે પાળી ન શકો તેવાં **વચનો** ન આપો. લોકો તમારા પર અને તમારી નેતાગીરી પર વિશ્વાસ કરવા ઈચ્છે છે.

"**ઉદાહરણ** એ બીજા લોકો પર પ્રભાવ પાડવા માટેની મુખ્ય વસ્તુ નથી, તે એક માત્ર વસ્તુ છે."

– આલ્બર્ટ સ્વાઈત્ઝર

શુભેચ્છા, સંતોષ,
પ્રમાણિકતા, અખંડિતતા
અને **આનંદાશ્ચર્ય,**
ખૂલ્લાપણું, સ્વ નિયંત્રણ,
ધૈર્ય, **આપવું, પ્રથમ છાપ**

સાતમું કદમ
આદર મેળવો 7

ન આવતા હોય તો તમે ભલે હજી તમે એક અસરકારક નેતા હોઈ શકો, પરંતુ તમે એક મહાન નેતા બનો તેવી શક્યતા ઓછી છે. એક હદ સુધી તમે સફળ હોઈ શકો છો, પરંતુ તમે વાસ્તવિક સફળતાના મીઠા સ્વાદનો નમુનો ચકાસવાનો સંતોષ અને જશ નહીં મેળવો.

બીજાઓની શુભ ઈચ્છાઓ વગર, તમે જોશો કે તમારે વારંવાર આવતા અવરોધો જીતવા પડે છે જે તમારી યાત્રાને એક ચોક્કસ સંઘર્ષ બનાવે છે. લોકોને તમારી પાછળ આવતા કરવા માટેની ચાવી માન મેળવવા માટે આળસ વગર કામ કરીને હૃદય તથા મન જીતવામાં છે.

સફળતાના માર્ગ પર, તમે એવી પ્રવૃત્તિઓ કરવા લલચાશો જે તમને તમારાં સ્વપ્નની નજીક લઈ જતી દેખાશે, પરંતુ વાસ્તવિકતામાં એ માત્ર ટૂંકા ગાળાની યુક્તિઓ છે જે તમારી પ્રતિષ્ઠાને નુકશાન કરશે, તમારું માન ગુમાવશે અને છેવટે તમારાં ધ્યેયને વધુ મુશ્કેલ બનાવશે. ભલે યોગ્ય વસ્તુઓ કરવી તેમાં ઘણો વધારે પ્રયત્ન હોઈ શકે છે, પરંતુ તે લાંબા ગાળે ખરું વ્યાજ ચૂકવે તેવી શક્યતા છે.

આ પ્રકરણમાં, આપણે એ પાસાંઓ પર ધ્યાન આપશું જેની તમારી પ્રતિષ્ઠા પર અને તમે જે આદરનું સ્તર તમે સંઘરી શકો તેના પર સીધી અસર હોઈ શકે. બીજા લોકો પાસેથી માન મેળવવા તમે કંઈ પણ કરી શકો તેનો અર્થ છે કે યાત્રા અને સફળતાને ઘણી વધારે માણતા માણતા તમે તમારું સ્વપ્ન વધુ ઝડપથી પ્રાપ્ત કરી શકો.

7.1

ઈર્ષાથી ઉપર ઉઠો

કશુંક સિધ્ધ કરવાની લાગણી જેવું સર્વથા કંઈ જ નથી. ઉલ્લાસના ઉન્માદ અને સંતોષની લાગણી તમારા બધાજ કઠીન પરિશ્રમને લાયક ઠેરવે છે. ઘણી વખત, આ મહત્વની ક્ષણોનું આદાન-પ્રદાન કરવું ખૂબ જ સારું હોવાથી, એક સફળતા મેળવ્યા પછી પહેલું કામ તમે લોકોને તેના વિશે કહેવાનું કરવા ઈચ્છો છો. પરંતુ જો કોઈ પોતાની સફળતા તમારી સાથે

ઉજવવા ઈચ્છે તો તમને કેવું લાગશે ? શું તમે તેમની સિધ્ધીથી ખૂશ થશો, કે પછી તમે ઈર્ષા અને ક્રોધની લાગણી સંઘરશો ?

એ દુઃખદ છે કે આ ઈર્ષા અને ક્રોધની ભાવના સફળતાનો બહુ સામાન્ય પ્રત્યાઘાત છે. હકીકતમાં, અંગત પ્રાપ્તિ બીજા લોકોમાંથી નકારાત્મક લાગણીઓનો એક આખો તરાપો ઉત્તેજે છે. જે લોકોના કઠીન પરિશ્રમે પરિણામો આપ્યાં છે તેમને પ્રશંસા કે પ્રમાણિક સહર્ષ માન્યતા આપવાને બદલે મોટેભાગે કહેવાતા મિત્રો, સહકર્મીઓ તથા પરિવારજનો ઈર્ષાળુ બની જાય છે.

વિચારવાની આ રીત અવાર નવાર એ સમૃદ્ધી અને ભૌતિક સાધનો સાથે જોડાયેલી હોય છે જે બીજાએ પ્રાપ્ત કરી છે તેમ આપણે ધારી લઈએ છીએ અને જે પૂર્ણતા અને વળતર આપણા સાથીઓ માણે છે. જો તમારી માનસિકતા પર આ પ્રકારની વિચારસરણીનું પ્રભુત્વ હોય, તો આ બદલાવાનો સમય છે. તમારે ક્રોધમાંથી છૂટકારો મેળવવો જોઈએ કારણ કે તે તમારા વિચારોનો નાશ કરે છે અને તમારા પોતાના પ્રયાસોને વિચલિત કરે છે. તે માનસિક અને ભાવનાત્મક અવરોધો સર્જે છે જે તમારે જે કરવાની જરૂર છે તેના તરફ જવાના તમારા માર્ગમાં ઉભા રહે છે.

જો તમારું સ્વપ્ન સિધ્ધ કરવાનાં તમારા ધ્યેયમાં તમને તમારી પોતાની ક્ષમતા અને પરિતૃપ્તીમાં વિશ્વાસ હોય તો, બીજાની સફળતા ધમકી તરીકે નહીં પરંતુ ઉજવવા જેવા કોઈક પ્રસંગ તરીકે જોવાવી જોઈએ. તમારે આ વિજયનો ઉપયોગ શીખવા અને નવું જ્ઞાન મેળવવા માટેના ઉત્તેજક તરીકે પણ કરવો જોઈએ - તે એવા છૂપા સંકેત પૂરા પાડે છે જે તમારા પોતાનાં ધ્યેયને માર્ગદર્શન આપી શકે. તેઓ શા માટે સફળ થયા છે અને તેમની પાસેથી તમે શું શીખી શકો તે તમને પોતાને પૂછો.

બીજા લોકોની સફળતામાં પ્રમાણિકપણે મોજ માણવી તે તમને આદર મેળવી આપશે કારણ કે લોકો તમને મોટા મનના, ઉદાર તથા કાળજી કરનાર તરીકે જોશે તમારા ટેકેદાર જુથમાં પણ સફળતાની ઉજવણી અને બદલો વાળવો તે માત્ર એક પ્રેરણા તરીકે નહીં, પરંતુ યોગ્ય ઉદાહરણ બેસાડવા માટે અને માન તથા વફાદારી પ્રાપ્ત કરવા માટે પણ, અતિ આવશ્યક છે.

"હું **બીજાને** સફળ થવામાં જેટલી વધારે મદદ કરું છું, તેટલો હું **વધારે** સફળ થાઉં છું."

– રે ક્રોક

તમારાં મનને મુક્ત કરો.

એક ઉંડા સ્તરે, તમારા સહકર્મીની સફળતાને **ઉજવવી** , તે તમારા મનને નકારાત્મકતાના ખળભળાટથી મુક્ત કરે છે, જે ઈર્ષાને કારણે પેદા થઈ શકે છે. બીજાની સિધ્ધીઓનો **સ્વીકાર કરવો,** તે વ્યક્તિ તરીકે તેમને માટે ખૂબ જ **પ્રેરક** છે. જ્યારે છેલ્લી વખત કોઈક તમને તમારા ખૂબ મહેનતે મેળવેલા વિજય માટે “શાબાસ” કહ્યું હતું ત્યારે તમને કેટલું સારું લાગ્યું હતું તે વિચારો. જે સિધ્ધ કરે છે તેમને **પ્રમાણિકપણે** અભિનંદન આપવાની **ટેવ** પાડો - તે સંબંધિત બધા માટે હકારાત્મક ઉર્જા સર્જે છે.

બીજાના વિજયોમાં મોજ મજા કરવામાંથી તમે શું **પ્રાપ્ત** કરો છો :

- પ્રશંસા
- અંતઃસ્ફૂરણા
- માન
- પ્રેરણા
- આત્મગૌરવ
- આભારવશતા
- વફાદારી

“**બીજાને** મદદ કરીને, આપણે **આપણને પોતાને** મદદ કરશું, કારણ કે આપણે જે કાંઈપણ સારું આપીએ છીએ તે એક **વર્તુળ પૂરું કરે છે** અને આપણી પાસે પાછું આવે છે.”

– ફ્લોરા એડવર્ડસ.

પ્રથમ છાપ

શા માટે તમે કેટલાક લોકોને અંતઃ સ્ફૂરણાથી માન આપો છો, પરંતુ બીજાને સ્વીકારવાનું કેમ ઘણું મુશ્કેલ લાગે છે ? સ્પષ્ટપણે, કોઈકને યોગ્ય રીતે માન આપવા માટે, તેમણે શું સિધ્ધ કર્યું છે અને કેવી રીતે સિધ્ધ કર્યું છે તે અને સાથે સાથે તેમનું તેમના મિત્રો, પરિવારજનો અને સહકર્મીઓ સાથે કેવું વલણ છે તેનું મુલ્યાંકન કરવા માટે તેમને પૂરતા સારી રીતે જાણવા જરૂરી છે. તમારે તેમનાં મુલ્યો તથા માન્યતાઓની સમજણ મેળવવી પણ જરૂરી છે. છતાં તમે એક પણ વખત ન મળ્યા હોવ તેમને માટે પણ તાત્કાલિક આદર અનુભવવાનું પણ હજી શક્ય છે.

આ બધું તમે લોકોને મળો ત્યારે તેમની સાથે કેવો વ્યવહાર કરો છો અને તમે પ્રથમ છાપ કેવી પાડો છો તેના પર છે. આ રીતે યોગ્ય છબી ઉપસાવવી તે તમારાં સ્વપ્નને પૂરું કરવામાં મોટો ફાળો આપી શકે છે, કારણ કે પ્રથમ છબી લોકોનાં મન પર ચીપકી જાય છે અને તે ભવિષ્યની મુલાકાતો અથવા વાર્તાલાપ દરમ્યાન તેમને તમારા તરફ વધારે ગ્રાહ્ય બનાવી શકે છે. પરિણામ તરીકે, લોકો તમારા નિર્ણયમાં વિશ્વાસ મૂકે તેવી વધુ શક્યતા છે તેથી, તે મહત્વના કરારો કરવામાં ઝડપ કરવામાં તથા વાટાઘાટનો સમય ઘટાડવામાં મદદ કરી શકે છે. તે તમારાં જુથને શરૂઆતથી જ જુસ્સાની આગમાં પ્રજવળતા કરી શકે છે. કારણ કે તેઓ તરત જ તમારા તરફ વિશ્વાસ અને વફાદારીની ભાવના અનુભવે છે.

શરૂઆતમાં જ યોગ્ય છાપ ઉભી કરવી તે આત્મવિશ્વાસ, નમ્રતા, સાવધાની, સુશીલતા અને હુંફ વચ્ચે યોગ્ય સમતોલન સાથે ત્રાટકવા જેવું છે. ખૂલ્લાપણું, પ્રમાણિકતા અને સ્વપ્રભાવી સ્વભાવ પણ મદદ કરી શકે. તમારા સંબંધોને ઝડપી શરૂઆત મળે તેની ખાતરી કરવા માટે તમારે આ બધી જ લાક્ષણિકતાઓને તમારી માનસિકતામાં સામેલ કરવી જરૂરી છે.

અંગત બનવું

કેટલાક સાદા સિધ્ધાંતોને વળગી રહેવું તે એ વાતની ખાતરી રાખશે કે તમે પ્રથમ મુલાકાતથી જ બીજા લોકોમાં **માન** જન્માવો.

- **નમ્ર બનો** - તમે મળો તે દરેકના સાથે સમાન વર્તન કરો. એક **સ્મિત** અને **નમ્ર** ચર્ચા તમે જે નવા લોકોનો સામનો કરો તેમની સાથે શરૂઆત કરવામાં મદદ કરશે.

- **સાંભળવું** - તમે બીજા લોકોના મતને **સાંભળો** તે ખાતરી રાખો. જ્યારે તમે તેમના મુદ્દાઓ સાથે અસંમત હોવ ત્યારે પણ હંમેશાં એવી રીતે જવાબ આપો જે તેમને તથા તેમના અભિપ્રાય માટે **માનપૂર્ણ** હોય.
- **સુપરત કરો** - તમે જે કરશો તેમ કહો તે કરો તેની ખાતરી કરો અને કોઈપણ કિંમતે લોકોને નીચે પડવા દેવાનું ટાળો. જે તમે કોઈ **વચન** ન પાળી શકો, તો બીજા લોકોને તેના વિશે જણાવો.
- **વિનમ્ર બનો** - તમારી સિધ્ધીઓ વિશે **ફાંકા** ન મારો. જ્યારે આપણે જે પૂર્ણ કર્યું છે તેને માટે આપણે ગૌરવ અનુભવી શકીએ ત્યારે **પ્રશંસા** ફેલાવવાનું બીજા પર છોડી દો.
- **પોતાને વખોડનાર બનો** - તમારી મર્યાદાઓ વિશે **ખૂલ્લા** રહો અને જીવનને અથવા તમારી જાતને વધારે પડતી ગંભીરતાથી ન લો. પોતાની જાત પર હસી શકવું તે સૂક્ષ્મ માનવ ગુણધર્મ છે.
- **તમારી જાત તરફ માન ધરાવો** - તમારી **પાત્રતા** જાણો અને તમે અંગત રીતે તથા વ્યાવસાયિક રીતે જે અસર પાડો તેના વિશે જાગૃત રહો. જોકે, ફાંકા મરવા અને **વિનમ્રતા** વચ્ચેની સૂક્ષ્મ ભેદ રેખા વિશે સ્પષ્ટ રહો.

એ જાણવું મહત્વનું છે કે આપણે માન **રળીએ** , કોઈપણ સંજોગો હેઠળ આપણે માન **માગવું** ન જોઈએ અથવા ધારી લેવું ના જોઈએ.

“એક હજાર શબ્દો પણ એક કાર્ય જેટલી **ઉંડી** છાપ છોડશે નહીં.”

– હેન્રીક ઈબ્સન

7.3

નીતિમયતા સ્થાપવી

તમારું જીવન પ્રમાણિકતા અને વિશ્વાસનાં ચોકઠાની અંદર રહીને જીવવું તે નીતિમયતા દ્વારા માન પ્રાપ્ત કરવાની ચાવી છે. અને તે આગળના મહત્વના સંબંધો માટે અતિઆવશ્યક છે. જે તમે જ્યાં હોવા ઈચ્છો છો ત્યાં તમને પહોંચાડવામાં મદદ કરી શકે. નીતિમયતા વિસ્તારવાની તમારી પ્રતિષ્ઠાને આગળ વધારવામાં શક્તિશાળી અસર છે, જેને સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારે પોષવી અને રક્ષવી જરૂરી છે. તમારી પ્રતિષ્ઠાને નુકશાન પહોંચાડવું તે તમારી મહત્વાકાંક્ષાઓને ગંભીરપણે ફટકો પાડી શકે છે. પ્રમાણિકતા અને વિશ્વાસ જાળવવાં તે તમને ટકાઉ અને ઉચ્ચ વળતર આપનાર જીવન અને વ્યવસાય ઘડવામાં મદદ કરશે. તમારી નીતિમયતા બીજા લોકોને સ્વાભાવિક રીતે તમારી તરફ ખેંચી લાવવામાં પરિણમશે.

જો કોઈ વ્યક્તિ “સત્ય સાથે વિનમ્ર” હોવાની પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરે છે તો તેમના સમાજની અંદર તેમનું સ્થાન નુકશાન ભોગવશે, કારણકે તેમને અવ્યવસાયિક અને અવિશ્વાસુ તરીકે જોવામાં આવશે. હકીકત એ છે કે નકારાત્મક સંદેશાઓ ઘણા ઝડપથી પ્રસરે છે, અને એક વખત તમારી પ્રતિષ્ઠા ખરડાય પછી તેને ખંખેરી નાંખવી ખરેખર ખૂબ જ મુશ્કેલ છે. આજના દિવસોમાં, વૈશ્વિકરણ અને સોશીયલ મીડીયા ચેનલ્સનો વધતો જતો ઉપયોગ એટલે કે ધૃણાજનક વર્તણુક વિશે એક ક્ષણમાં શબ્દસઃ હજારો લોકો સાથે આદાન-પ્રદાન થઈ શકે છે.

સફળતાનો અનિવાર્યપણે અર્થ થાય છે કે તમારે પરસ્પર રીતે ફાયદાકારક સંબંધો ઘડવા જોઈએ. તે વિશ્વાસ અને પ્રમાણિકતાની વચનબધ્ધતા ઉપર ઘડાયેલા ખૂલ્લાપણાની સ્થિતિ દ્વારા ફાલશે-ફૂલશે. એક વખત તેને સફળતા માટે પ્રેરિત કરવામાં આવે, પછી તે ઉચ્ચ અસરકારક ભાગીદારી અને શરતોનો પાયો બનાવવામાં મદદ કરે છે. તમે માત્ર કોઈને તમારામાં વિશ્વાસ મુકવાનું કહીને કોઈપણ સહીયારું સાહસ ઉભું કરી ન શકો. વિશ્વાસ કમાવો પડે - એટલે કે તમારી પ્રતિજ્ઞાઓને માન આપવાની સક્રિય વચનબધ્ધતા તમારે માટે મહત્વના છે તેવા લોકો સાથેના બંધનને મજબૂત બનાવશે.

સમયને સરી જતો અટકાવો

વિશ્વાસ ઘડાતાં વર્ષો લાગે છે, છતાં એક જ અપ્રમાણિક કાર્ય તેને ક્ષણોમાં તોડી નાખી શકે છે. તેવી જ રીતે સમયોપરાંત વિશ્વાસ ઉખેડી નાખી શકાય છે, કારણ કે આપણે જે નાનાં વચનો આપીએ છીએ અને તેમને પૂરાં કરવા માટે ક્યારેય કામ કરતા નથી. આવી ઘટનાઓમાં બીજા લોકો આપણે જે કહીએ છીએ તેમાં ક્રમશઃ **શ્રધ્ધા** ગુમાવે છે. આ વિશ્વાસનું ધીમું પણ સતત તટવું તે છેવટે **મુલ્યવાન** સંબંધોને અફર નુકશાન તરફ દોરી જાય છે. એટલા માટે જ તમારે માટે **પ્રમાણિકતા** , ખૂલ્લાપણું અને નીતિઓને તમારી માનસિકતામાં જડી દેવી તે

અતિઆવશ્યક છે, કારણ કે આ બધી મુખ્ય લાક્ષણિકતાઓ છે જે વિશ્વાસ અને નીતિમયતા ઉત્પાદિત કરે છે.

"જ્યારે **માન** ગુમાવો પછી પાછળ શું બચે છે ?"

– પબ્લીલીઅસ સીરુ

અંગત **નીતિમયતા** તમારું જીવન **પ્રમાણિક** અને **સત્યપૂર્ણ** રીતે જીવવામાંથી જન્મે છે. જ્યારે એક પ્રયોજન સાથે જોડાઈ જઈ ત્યારે તે સફળતા માટેનું એક **શક્તિશાળી** ચાલકબળ બની જાય છે.

"જો તમે **સાચું** કહો તો તમારે બીજું કાંઈ યાદ રાખવું પડતું નથી."

– માર્ક ટ્વેઈન

7.4

લાલચ સારી નથી

આર્થિક કટોકટી જેનો દુનિયાના અર્થતંત્રમાંના ઘણાએ તાજેતરનાં વર્ષોમાં અનુભવ કર્યો, તેને લાલચી અને સ્વાર્થી વર્તણુકની સંસ્કૃતિએ મોટા પ્રમાણમાં ઈંધણ પૂરું પાડ્યું છે. હકીકતમાં, આવા બીન ભરોસાપાત્ર આધારો પર આધાર રાખતી સફળતાના પતનનું આનાથી સારું કોઈ ઉદાહરણ હોઈ ન શકે. તેમણે આખા વિશ્વમાં રાષ્ટ્રો અને સમુદાયો પર મોટો પ્રહાર કર્યો છે, તેમજ આ પ્રક્રિયામાં ઘણાનાં જીવન તબાહ કર્યા છે.

"કોઈ પણ કિંમતે જીતો" વાળી માનસિકતા પર આધારિત અંગત ફીલોસોફીઓ, ધ્યેયો તથા વ્યૂહ રચનાઓની એવાં પરિણામો આપવાની લાક્ષણિકતા છે જે દુ:ખ અને યાતનાઓ તરફ દોરી જાય - અને તે પણ વૈશ્વિક મંદીએ દેખાડ્યું છે તેમ માત્ર કૃત્ય કરનાર માટે જ નહીં, પરંતુ રક્ષણવિહીન અને વિશ્વાસ મૂકનાર લોકોએ તેમના પોતાના કોઈ દોષ વગર, બધું જ

ખોયું અને તેમનાં જીવન ભંગારમાંથી પાછાં ઉભાં કરવાં પડ્યાં. જરૂરીયાત અથવા પાત્રતા કરતાં વધુ મેળવવા અને ધરાવવા માટે પ્રેરિત થયેલા લોકો આ ઘટનાઓના ઉદાસ કરનાર અવસ્થાનાં મૂળ કારણ છે.

આવું સ્વ કેન્દ્રી વલણ સમૃધ્ધિ આપી શકે, પરંતુ મોટેભાગે આ રીતે સફળતા મેળવી છે તે લોકોએ આ પ્રક્રિયામાં તેમના વિજયોને પોલા અને એકલવાયા બનાવીને પોતાની જાતને ઈનામ આપ્યાં હશે. આવું વલણ જેમાં પરિણમે છે તે આદરનો અભાવ પણ આ માર્ગમાં આવતા કોઈ પણ આઘાતમાંથી ઉગરવાને વધુ મુશ્કેલ બનાવે છે. કારણ કે એક વખત બધું પતી જાય પછી લોકો પણ તમને છોડી જાય તેવી શક્યતા છે. આવું બનવાનું કારણ છે કે તેઓ તમારો વિશ્વાસ નથી કરતા અને તમારા તરફ કોઈ પ્રકારની વફાદારી દર્શાવવા તૈયાર નથી.

લાલચ પ્રદર્શિત કરો, અને તરત જ બીજા લોકો તમારાથી અને તમારા જીવન તરફનાં વલણથી સાવધાન થઈ જશે. તેઓ તમારા હેતુઓ વિશે શંકાશીલ થઈ જશે અને તમારી નીતિમયતા સામે પ્રશ્ન કરશે. લાલચ વડે પ્રેરિત વ્યક્તિઓ સાથે સંબંધ બાંધવો તે પડકારજનક બની શકે, કારણ કે સ્વહીત તેમની કાર્યનીતિનું સંચાલન કરે છે. એવી માનસિકતા અને સંસ્કૃતિ સર્જવી તે બધાં માટે હકારાત્મક પરિણામને અને તે માર્ગમાં પરસ્પર ટેકાને પ્રોત્સાહન આપે તે સફળતા અને સંતોષનો સાચો માર્ગ છે.

તમારા વિશે બધું જ

લાલચ એ કોઈ ખાસ આકર્ષક માનવ ગુણ નથી. તે એક જીત/હાર દૃશ્ય વડે ટેકો કરાયેલ વલણને બઢતી આપે છે. બીજા શબ્દોમાં, લાલચી વર્તણુક હંમેશાં નહીં તો ઘણી વખત નીચેની બાબતો તરફ દોરી જાય છે :

- બીજી વ્યક્તિ અથવા પક્ષનું બહાર નીકળી જવું.
- ખરાબ લાગણીઓ
- છેતરાયા હોવાની ભાવના
- વિખવાદ અને વ્યગ્રતા

“એ **માલમત્તા** સાથે જોડાયેલા ખ્યાલ છે જે બીજા બધાં કરતાં વધારે આપણને **મુક્તપણે** અને **ઉત્કૃષ્ટ** રીતે જીવતાં **અટકાવે છે** .”

– થોરો

ભૌતિક સાધનો તરફનાં તમારા વલણથી જાગૃત થઈને લાલચને ટાળો. તમારી માનસિકતાને બીજાના દુર્ભાગ્ય વડે સંપત્તિ એકઠી કરવા વડે **શાસિત** ન થવા દો. તમારી ભૌતિક જરૂરીયાતો વચ્ચે **સમતોલન** જાળવો, નહીંતર તમે બીજા લોકો તરફથી માન ગુમાવવાનું જોખમ ઉઠાવો છો, કારણ કે તમને લાલચુ હોવા તરીકે ધારી લેવાય છે. આ તમારા આગળ વધવામાં અવરોધ બને છે. હંમેશાં વીન- વીન વિચારો !

“તમે જેટલું **જોરથી** નિચોવો, તેટલું **ઓછું** તમને મળે.”

– થોમસ મેર્ટોન

7.5

નમ્ર બનવાનો પ્રયાસ કરો

વિનમ્રતા એ ઉચ્ચ રીતે આકર્ષક અને પ્રિય બનાવનાર માનવ ગુણ છે. જો તમે નમ્ર છો તો તમે બીજા લોકો સાથે અસરકારક રીતે સંપર્ક કરી શકો છો. જે કશુંક એવું છે જે તમારી સફળતા માટેની યાત્રામાં બીજા લોકોને મદદ માટે સામેલ કરવામાં મુખ્ય ભૂમિકા ભજવી શકે. તે બીજી વ્યક્તિઓ સાથે તમે જે ઝડપથી અંગત કેમેસ્ટ્રી વિકસાવી શકો છો તેમાંથી પરિણમે છે.

જે વ્યક્તિ નમ્રતા દર્શાવે છે તે તેમની પોતાની સાથે સાચા અર્થમાં સ્વસ્થ છે - તેઓ પોતાનામાં વિશ્વસ્ત છે, તેમની શક્તિઓ અને નબળાઈઓ વિશે સંપૂર્ણ જાગૃત છે અને દરેક સાથે સમાન તરીકે વર્તન કરે છે. તમારા ચારિત્ર્ય અને માનસિકતા સાથે નમ્રતા જડી દેવી તે તમને બીજા લોકો તરફથી આદર જીતવા માટેનું આવશ્યક સાધન પૂરું પાડશે. આ ખાસીયતને ગળે લગાડવાથી તમે મહત્વાકાંક્ષી, પ્રેરિત વ્યક્તિઓ સાથે ખૂબ જ જોડાયેલ

લાક્ષણિકતાઓ, જેવી કે લડાયકતા, ઘમંડ, બડાઈખોરી અને મિથ્યાડંબરની ખૂલ્લી અવણગના કરો છો. આ વસ્તુ આપોઆપ ઘણા લોકોને આનંદાશ્ચર્ય આપશે, કારણ કે તેઓ તમારા વલણને સ્વીકૃત ધોરણ કરતાં પ્રેરણાદાયક બદલાવ તરીકે જોશે.

કેટલાક લોકો માટે નમ્રતાને નબળાઈની નિશાની તરીકે જોવાય છે અને તે મોટેભાગે સફળતા સાથે જોડાયેલી નથી હોતી. જોકે, તે એક શક્તિશાળી અને અદૃશ્ય બળ છે. જ્યારે મહત્વાકાંક્ષા અને વ્યાવસાયિક ઈચ્છાની મજબૂત ભાવના સાથે તેને જોડવામાં આવે ત્યારે તે અસામાન્ય અંગત પ્રગતિ આપે છે. તેનાથી વધારે, નમ્રતા વગર સફળતા - પછી તે સંપત્તિ, શક્તિ કે મોભો ગમે તે હોય - ખરાબ લાગણી, ડર અને વ્યગ્રતા જન્માવે છે. નમ્રતાનાં ચોકઠાંની અંદર રહેલી જીત વ્યક્તિઓ, જુથો અને સંસ્થાઓ માટે સંવાદિતા લાવે છે.

એક આધુનિક દુનિયામાં, જ્યાં વાક્છટા અને અહંકારે સમાજ પર પ્રભુત્વ કર્યું હોય તેવું દેખાય છે, ત્યાં માત્ર એક સારી વ્યક્તિ બનવાના પાયાના સિધ્ધાંત તરફ પાછા ફરવું એ એક માત્ર સારી વસ્તુ હોઈ શકે. વિચારસરણીનો આ પ્રકાર દાખલ કરીને, તમે તમારા સમાજમાં તમારી અપીલને વિસ્તારી શકશો.

તમારા અનુરોધને વિસ્તારો

જ્યારે તમે એવી માનસિકતાને ગળે લગાડો જે નમ્રતાની ભાવનામાં ઉંડી ઉતરી ગઈ હોય ત્યારે તે નીચેની બાબતો પૂરી પાડે છે :

- વધુ સ્વજાગૃતિ - કારણ કે તમારો અહં દુરાગ્રાહી દૃષ્ટિનો નિકાલ કરે છે.
- તમારા સમાજને આગળ વધારવાની ક્ષમતા, કારણ કે તે લઘુતાગ્રંથી અને ગુરુતાગ્રંથીના વિચારો દુર કરે છે.
- તમને વધુ સશક્ત રીતે આદાન-પ્રદાન કર્તા બનાવનાર સાધન, કારણ કે તમારા શબ્દો તમારા જુસ્સા અને તમારી વાસ્તવિક જાતને પ્રતિબીંબિત કરે છે.
- તમારી અપૂર્ણતાઓ તરફની જાગૃતિની ઉચ્ચ અવસ્થાને કારણે અંગત વિકાસ માટેની તક.

નમ્રતાભરી વર્તણુક કેળવવી તે તમારી સફળતા માટેની યાત્રાનો એક અખંડ ભાગ બની જવો જોઈએ :

- મહાન નેતાઓનાં વક્તવ્યોનો અભ્યાસ કરો અને તેમના જીવન અને ધ્યેય બન્ને તરફનાં **વલણના** તાણાવાણ દ્વારા નમ્રતા વણાઈ ગઈ છે તે જોવો.
- બીજાનું કાર્ય કરવાની માનસિકતા અપનાવો. આપણી જાતને બીજાનું કામ કરી આપનાર" તરીકે ગણીને આપણે આપણા મગજને એ સમજવા માટે તૈયાર કરીએ છીએ કે આપણે જેને મહત્વનું ગણીએ છીએ તેમાં મુલ્યો ઉમેરીએ છીએ અને કશુંક સારું કરીએ છીએ.
- તમારી સિધ્ધિને વર્ણવવા માટે તમે જે **શબ્દોનો** ઉપયોગ કરો છો તેનાથી સાવધ રહો. એવી અનુગ્રહશીલ રીતોથી દૂર રહો જે બડાઈખોર અથવા ઘમંડી દેખાતી હોય.

"**ઉચ્ચ સ્થિતિ સ્થાન** વડે આપણે નીચે ઉતરીએ છીએ અને **નમ્રતા** વડે આપણે ઉપર ચડીએ છીએ."

– સંત બેનેડીક્ટના નિયમો

7.6

તમારી કાળજી દર્શાવવી

ચોકઠાં ગોઠવવાની રમત (જીગસો પઝલ)ના સંબંધે લોકોને એમ દર્શાવવું કે તમે તેમની કાળજી કરો છો તે બીજું મહત્વનું ચોકઠું છે. જોકે, અહીં મહત્વની વાત એ છે કે તમે યોગ્ય વસ્તુઓ વિશે કાળજી લો છો. એવું લાગે છે કે ઘણા લોકો, ખાસ કરીને જેઓ સફળતા માટે મથે છે તેમાંના ઘણાનું વલણ આમ કરવાનું હોતું નથી. તેઓ તેમના પોતાના વિશે, પૈસા, જરૂરી કોઈપણ માર્ગે જીતવું, અને સ્પર્ધાનો નાશ કરવા વિશે કાળજી કરે છે. જોકે, તમે જે કરો છો તેની બીજા પર અસર પડે છે તે જાણીને, જો તમે તમારા મિત્રો, પરિવારજનો અને સહકર્મીઓ વિશે, અને તમારા વ્યવસાય, સમાજ અથવા ક્ષેત્ર વિશે કાળજી કરો - સંભાળ લો, તો પછી તમે આદરના હકદાર બનશો અને અખંડિતતા ધરાવનાર તરીકે જોવાશો.

સંભાળ લેવા વિશે બીજી મહાન વસ્તુ એ છે કે જો તમે બીજા વિશે સંભાળ લેશો તો તેઓ પણ તમારી સંભાળ લે તેવી પૂરી શક્યતા છે. તમારી પાછળ એવા લોકો હોવા, જે માત્ર

તમારા કલ્યાણનો જ ખ્યાલ ન રાખે, પરંતુ તમારા સફળ થવા વિશે પણ કાળજી કરે તે તમને તમારા સ્વપ્ન તરફ ધકેલતું એક શક્તિશાળી બળ બની શકે. તમારા શ્રોતાગણ અને હિસ્સેદારો પાસેથી વફાદારી મેળવવાની પણ આ ખૂબ સારી રીત બની શકે. સંભાળ લેવાની માનસિકતા ઘડવી અને લોકો માટે સંભાળ લેવાની સંસ્કૃતિ સર્જવી તે તમારાં સ્વપ્નની પ્રવૃત્તિમાં લગભગ કોઈપણ વસ્તુ જીતવામાં તમને મદદરૂપ થઈ શકે.

કેટલાક સફળ માણસો આદરનાં સ્તરને માત્ર અંગત રીતે અને વ્યાવસાયિક રીતે તેમની નજીક હોય તે લોકો, પક્ષો અને વસ્તુઓ પ્રત્યે જ કાળજી દર્શાવીને નહીં, પરંતુ તેનાથી આગળનાં અંતરે, જેવા કે પ્રતિકુળ સંજોગોવાળા, તેમના સમાજ અને વાતાવરણ વિશે પણ સંભાળ લઈને તેમના આદરના સ્તરને નવી ઉંચાઈએ લઈ ગયા છે. આ પ્રકારે સંભાળ લેવાનું સૌથી મોટું પ્રદર્શન છે પરોપકારવૃત્તિ, જે સફળ માણસોની નુકશાન પામેલ પ્રતિષ્ઠાના પુનઃઘડતરમાં પણ મદદ કરી શકે છે, જે સૌથી મુશ્કેલ કાર્યોમાંનું એક છે.

વિવાદાસ્પદ રીતે, સંભાળ લેવાનું સાદું કાર્ય પણ કોઈપણ માનવ લાક્ષણિકતાનું સૌથી મોટું વળતર આપી શકે. તે તરત જ તમને એક સારી વ્યક્તિ તરીકે દર્શાવે છે અને તમારી સફળતામાં પણ તમને મહાન સંતોષ આપશે.

"તમે જે કરો છો **તે તફાવત** ઉભો કરે છે તેવી રીતે કાર્ય કરો. પછી તેમ જ થાય છે."

– વિલીયમ જેમ્સ

ખરા અર્થમાં સફળ માણસો તેમના વ્યવસાય, તેઓ જે કરે છે અને તેઓ બીજાને કેવી રીતે અસર કરે છે તે વિશે સંભાળ લે છે. નીચેનાં ચાર સ્તરો દ્વારા તેમની સંભાળનો ધોધ વહે છે :

- **તમને કેવું લાગે છે** - સંભાળ લેવાનું તમારાથી શરૂ થાય છે. તમારે તમારાં અંગત ધ્યેય અને મુલ્યો તથા જીવનમાં તફાવત ઉભો કરવા વિશે કાળજી લેવી જોઈએ. જ્યારે તમને સારું અનુભવાય અને તમે તમારી પોતાની કાળજી લો, ત્યારે તમે જીવન લાવે છે તે પડકારો માટે તૈયાર છો.
- **તમે બીજાને કેવું લગાડો છો** - મિત્રો, પરિવારજનો અને કાર્યસ્થળના સહકર્મીઓને દર્શાવો કે તમે તેમની ચિંતાઓ વિશે સાંભળવાનો સમય કાઢીને, સમસ્યાઓમાં **મદદ કરીને** અથવા સલાહ આપીને તેમની **સંભાળ લો છો** . તમે તેમને કેવું

અનુભવાવ્યું તે લોકો યાદ રાખશે અને સદ્ભાવનો બદલો વાળશે. તમારી બીજા પરની છાપ વિશે સાવધાન રહો !

- તમે વ્યાવસાયિક રીતે તમારું પોતાનું કેવી રીતે સંચાલન કરો છો - સફળ માણસો તેઓ પોતાની રોજીંદી ફરજો કેવી રીતે બનાવે છે અને તેઓ જે કરે છે તેમાં કેટલા **અસરકારક** છે તેના વિશે સંભાળ લે છે. આ વસ્તુ તમે જે કરો છો તેમાં ગૌરવ હોવામાંથી જે સંતોષ આવે છે તેમાંથી અને તમારા સમુદાય અથવા ગ્રાહકો માટે શ્રેષ્ઠ વસ્તુ **પ્રદાન કરવામાંથી** આવતા સંતોષમાંથી આવે છે.
- **બૃહદ સમાજને તમે કેવી રીતે ટેકો આપો છો** - જેવી રીતે એક મહાન શિક્ષકનાં હૃદયમાં તેની શાળાનાં મહાન હિત માટે હોય છે અને જેવી રીતે એક મહત્વાકાંક્ષી ઉદ્યોગપતિ તેમના ક્ષેત્રની લાંબા ગાળાના પોષણ માટે સંભાળ લે છે તેવી રીતે તમારે તમે જે સમુદાય માટે કામ કરો છો તેમ બધાં માટે ટકાઉ લાંબા ગાળાની સફળતાની ખાતરી કરાવવા માટે તમારે તમારી સંભાળને વિસ્તારવી જોઈએ. તમે પર્યાવરણ અને પરોપકારી કારણો જેવા મહત્વના મુદ્દાઓ વિશે કાળજી ધરાવો છો તેવું દર્શાવીને વધુ **મુલ્યો** ઉમેરી શકો છો.

7.7

ધૈર્ય એ એક સદ્ગુણ છે

મહત્વાકાંક્ષી લોકોને ધૈર્ય એ એક અપનાવવા જેવો અઘરો સદ્ગુણ લાગ્યો છે. સફળતા માટેની સળગતી આકાંક્ષા તે શક્ય તેટલી ઝડપથી મળે તેવી તેને માટેની પ્રકૃતિદત્ત આંતરિક ભૂખ સાથે મોટેભાગે આવે છે. જોકે, વાસ્તવિકતા એ છે કે તમારાં જીવનમાં લક્ષ્યો સિધ્ધ કરવાં તેનો અર્થ એ છે કે તમે જેનો સામનો કરો છો તે રાહ જોવાની રમત ને સહન કરવા માટે તમારે ધૈર્ય વિકસાવવું પડશે.

વિલંબ સાથે જોડાયેલ હતાશા ઘણી વખત પોતાને એક વ્યથિત કરનાર લાગણી સાથે રજુ કરે છે જે તમારા મનનો કબજો લઈ શકે છે. ધૈર્યનું વલણ અપનાવીને, તમે તમારી ભાવનાઓ તથા આવેશોનું નિયંત્રણ કરવામાં ઘણા વધારે અસરકારક બની જાવ છો. આ બાબત તમને જ્યારે મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવાનો આવે ત્યારે શાંત રખાવશે.

એ કહેવાની જરૂર નથી કે, આપણામાંના ઘણામાં ધૈર્ય એક બીજો સ્વભાવ નથી બની જતો. તમારી જાતને માનસિક રીતે વધુ ધૈર્યવાન થવા માટે તૈયાર થવામાં મદદ કરવા માટે, તમારે એ હકીકતનો સામનો કરવો જોઈએ કે મેળવવા લાયક કાંઈપણ રાતોરાત બનતું નથી. તે ઉપરાંત, તમારે એ છાપ તરફ નજર કરવી જોઈએ કે અધૈર્ય બીજા લોકોને તમારાથી દૂર રાખે છે. અધૈર્યનું પ્રદર્શન તમને છોકરમત, બગડેલા, અવાસ્તવિક અને અવિચારી બનાવી શકે છે અને આ રીતે લોકો તમને માન આપે તે શક્યતા ઓછી છે. બીજી તરફ, ધૈર્ય, શાંતિ, શક્તિ, આત્મવિશ્વાસ, નિયંત્રણ અને બુધ્ધિની ભાવના આપે છે - એવી ખાસીયતો જે તેમના મિત્ર, સહકર્મીઓ, ઉપરી, ભાગીદાર અથવા ગ્રાહકમાં આવકારશે.

તમે બોલતાં પહેલાં વિચારવાની કળાનો અભ્યાસ પણ કરી શકો - આ તમારાં મનને વધારે વિચારશીલ અને ધૈર્યવાન બનવા માટે વધારે અનુરૂપ કરવાનું શરૂ કરે છે. ધૈર્યવાન બનીને તમે સફળતા તરફની યાત્રા વધારે માણશો. તમે વધારે ઠાવકા બનશો અને વધુ તત્પરતાથી પરિસ્થિતિને તમારા તાબામાં લેશો.

રાહ જોવાની રમત

વધુ ધૈર્યવાન બનીને તમે :

- તણાવના સ્તરો ઘટાડશો જે **વધુ તંદુરસ્ત** અને **વધુ ખૂશ** જીવન તરફ દોરી જશે.
- વધુ સારા નિર્ણયો લેશો કારણ કે જ્યારે તમે **શાંત** હોવ ત્યારે વધુ મોટું ચિત્ર જોઈ શકો છો.
- ભાવનાત્મક રીતે વધુ જાગૃત થાવ છો, જેનો અર્થ છે કે તમે લોકો સાથે વધુ અસરકારક રીતે **સમાનુભૂત** થઈ શકો છો.
- બદલામાં તે તમને **ડહાપણ** ઘડવા દે છે.

અલિપ્ત થતાં શીખવું.

ઘણી વખત તમારે વધુ ઝડપથી આગળ વધવા માટે ધીમા પડવું પડે છે. આનો અર્થ છે કે તમારે માત્ર **અટકવા** અને **વિચારવા** માટે સભાન પ્રયાસો કરવા પડી શકે છે. તમે પરિસ્થિતિની જેટલા વધુ નજીક જાવ તેટલી તે કેટલીક વખત વધારે અસ્પષ્ટ દેખાય, આથી

તમારે તમારી જાતને પ્રશ્નથી **અલિપ્ત** કરવી જરૂરી છે. આપણામાંના ઘણા માટે આ સહેલું નથી, માટે તમારે વધુ મહેનત કરવી જોઈએ.

“**ધૈર્ય** અને **ખંતની જાદુઈ** અસર હોય છે, જેની સામે મુશ્કેલીઓ અદૃશ્ય થઈ જાય છે અને અડચણો અલોપ થઈ જાય છે.”

– જહોન ક્વીન્સી એડમ્સ

7.8

સ્વનિયંત્રણની કળા

શિસ્ત દર્શાવવી અને ગમે તેવા સંજોગો પ્રવર્તતા હોય તો પણ, બધો સમય તમારી જાતને નિયંત્રિત કરવાની ક્ષમતા હોવી તે એક સફળ અને પ્રેરણા આપનાર નેતા હોવા માટે પાયાના પથ્થર સમાન છે. તમારા મનમાં અંગત નૈતિક માન્યતાઓનો ગણ બનાવીને તમે માથાભારેપણા, અરાજકતા અને કાયદાની અવગણનાની અસ્વીકાર્ય વર્તણુકને ટાળી શકો કે જે અનાદરમાં પરિણમે અને તમારી પ્રતિષ્ઠા અને અખંડિતતાનો નાશ કરી શકે.

ઘણા સફળ માણસો તેમના અસંયમને અંકુશમાં રાખવા માટે પૂરતી સ્વયં શિસ્ત ન હોવાના સીધાં પરિણામ તરીકે આડે પાટે ચડી ગયા છે. સંગીત અને સમાચાર માધ્યમની દુનિયાએ તેમના ઘણા સિતારાઓની જીતને સ્વનિયંત્રણના અભાવને કારણે ઝડપથી ભાંગીને ભૂક્કો થઈ જતી જોઈ છે. ઉદાહરણ તરીકે, નશાકારક પદાર્થો અને દારૂની લાલચને સંભાળવાની અસમર્થતાએ ઘણા ઝળહળતા સિતારાઓને ચકરાવામાં નાખી દીધા છે કે તેઓ તેમનાં સ્વાસ્થ્ય અને તેમની લોકપ્રિયતા બન્ને રીતે તેની અસરમાંથી મુક્ત થઈ શક્યા નથી.

નાણાંની દુનિયામાં તેમના નેતાઓમાં નીતિનો અભાવ પ્રપંચી પ્રવૃત્તિઓ પેદા કરે છે. આ એક વખતની માનપાત્ર વ્યક્તિઓ માત્ર તેમની વિનાશક લાગણીઓને કાબુમાં કરી શકવાની અસમર્થતાને કારણે હવે લાંબી કારાવાસની સજાઓ અને જાહેર બદનામીનો સામનો કરે છે.

જ્યારે નબળું સ્વ-વ્યવસ્થાપન પ્રવર્તે છે અને માનવો સફળતા વડે છાકટા થઈ જાય છે, ત્યારે તે ઝડપથી ઘમંડ અને વાસ્તવિક દુનિયાથી અલગ થવા તરફ દોરી જાય છે. ઘણા સફળ

કહેવાતા લોકો કાંઈપણ શક્ય જ છે તેમ વિચારીને પોતાની જાતે જ કાયદો બની જાય છે. તેઓ પોતાનાં જીવનમાંથી નૈતિકતા અને સદાચારની સીમાઓ દૂર કરે છે અને માત્ર તેઓ જે ઈચ્છતા હોય તે જ કરે છે. દુર્ભાગ્યે, આવી માનસિકતાને યથાર્થ ઠેરવી શકાય નહીં.

લાંબા ગાળાની સફળતાને માણવા માટે, ક્યાં સીમારેખા દોરવી તે તમારે સમજવું જોઈએ અને સ્વયં શિસ્ત એક જરૂરીયાત છે તે સમજવું જોઈએ. વિચારવાની આવી રીત અપનાવીને તમે જીવન માટેની તમારી પોતાની નિયમ પુસ્તિકાના લેખક અને પાલક અને કોઈક એવા કે જેના તરફ લોકો જોવે અને તેમની શક્તિ અને ચારિત્ર્ય માટે જેમને માન આપે તેવા બની જાવ છો.

“**ઉતાવળે** મહાન માણસ બનવાનો પ્રયાસ કરવાથી **સાવધાન** રહો. દસ હજારમાંથી માંડ એક આવો પ્રયત્ન સફળ થઈ શકે છે. આ ભયંકર સંભાવના છે.”

– બેન્જામીન ડીસ્રેલી

શિસ્ત જાળવવી

તમારી અંગત વર્તણુક ત્રણ મૂળભુત ખ્યાલોના તમારા સ્વીકાર વડે સંચાલિત થાય છે :

- **નિયંત્રણ** - તમારું જીવન તમારા **હવાલે** છે અને તમે જ સ્વીકાર્ય વર્તણુકના નિયમો નક્કી કરો છો.
- સમતોલન - **દાઝી ઉઠવાથી** સહન ન કરવા વિશે સાવધ રહો અને એવી પ્રવૃત્તિઓમાં **સુખચેન** ન શોધો જે આપણે માટે નુકશાનનું કારણ બની શકે.
- ગરિમા - ઝડપથી આગળ વધી જવાને બદલે **ગરિમા** અને **ભવ્યતા** સાથે નિષ્ફળતાને સંભાળો.

જમીન પર અને નિયંત્રણમાં રહો. સફળતાને તમારા મગજમાં ન ચડી જવા દો. **સ્વસ્થ** અને **કેન્દ્રિત** રહો અને તમે અજેય છો તેવી વિચારસરણીના ફંદામાં ક્યારેય ન ફસાવ. જો તમે તેમ કરો છો, તો તમે અધમ આઘાત માટે અંદર આવી ગયા છો !

“**પોતાની જાતને** જીતવી તે પ્રથમ અને શ્રેષ્ઠ **જીત** છે.”

– પ્લેટો

7.9

વાવો તેવું લણો

તમારા સફળતાના માર્ગ પર તમે જે ક્રિયાઓ અને યુક્તિઓ લાગુ કરો છો તેના વિશે તમારે ખબરદાર હોવું જોઈએ અને એ ખાતરી કરવી જોઈએ કે તે બીજા લોકો માટે નૈતિક અને આદરપૂર્ણ બન્ને હોય. જો તમે માન આપો તો તમે તે પાછું મેળવશો તેવી પૂર્ણ શક્યતા છે.

આ જ વસ્તુ ઘણા બધા સંજોગોને પણ લાગુ પડે છે. ઉદાહરણ તરીકે, તમારા સમાજની અંદર કોઈ તમારા દુશ્મન હોય કે નહીં, કોઈને પણ શત્રુ બનાવવાનું ટાળો. સૌ પહેલાં તો પરિસ્થિતિને સંભાળવાની આ સારી રીત નથી. બીજું કે, કોઈને તમારી સામે દ્વેષભાવ ઉભો કરવાની છૂટ આપવી તે અવિચારીપણું અને જોખમી છે, અને જ્યારે તમે ઓછામાં ઓછી અપેક્ષા રાખતા હોવ અથવા ઈચ્છતા હોવ ત્યારે તે તમને શોધવા પાછું આવી શકે છે. લોકોનો ફાયદો ન ઉઠાવવો તે પણ મહત્વનું છે, માટે જે કામ તમે પોતે નથી કરી શકતા તે કરવાનું બીજાને ન કહો.

હંમેશાં તમે કરી શકો તેટલું શ્રેષ્ઠ કરવાનું ધ્યેય રાખો અને તમે એ લોકો તરફ સહાયનો હાથ લંબાવી શકો છો જેમને તમારા માર્ગદર્શનથી ફાયદો થાય તેમ હોય. જો તમે બીજા પાટે સમય ફાળવી શકો તેમ હોવ, તો તેમ કરો. જો તેમ ન કરી શકો તો માનપૂર્વક ઈન્કાર કરો, પરંતુ શા માટે તે સમજાવો. જોકે, લોકોને તેમને હવે ક્યાંય જવા જેવું ન રહ્યું તેવી લાગણીમાં ન છોડી દો, માટે કોઈક પ્રકારની સલાહ આપો જે છેવટે કોઈકને પ્રગતિ કરવામાં મદદ કરે.

જ્યારે તમે કોઈકને પ્રોત્સાહિત કરવા હાથ લંબાવો છો ત્યારે આશા છે કે તે વ્યક્તિ પણ તેમને ભેટો થશે તેવા લોકો માટે તેમ જ કરશે. તમારું ધ્યેય ટેકા માટેનું નીતિવાન ચક્ર પોષવાનું હોવું જોઈએ જે મહત્વાકાંક્ષી લોકોના અંગત વિકાસમાં ફાળો આપે. આ રીતે ફાળો આપવાથી તમારા હસ્તક્ષેપની કદર કરાય છે અને આદર અપાય છે અને તેનાથી પણ આગળ જઈએ તો, તમારી જરૂરીયાતના સમયમાં કોઈક તમને મદદ કરશે.

ટૂંકમાં, જીવન તેને બદલો આપે છે જે લોકો જરૂરીયાત વાળા છે તેમના તરફ કરુંણા દર્શાવે છે અને તેમને મદદ કરે છે. એક બુમરેંગની જેમ, તમને ટેકો આપવા માટે મદદ એવી જ રીતે તમારા તરફ પાછી ફરે છે જેવી રીતે તમે બીજાને સહાય કરવા માટે ઈરાદો સેવ્યો હોય. તમારે જેની જરૂર હોય તેવી પ્રેરણા જ્યારે તમે ઓછામાં ઓછી અપેક્ષા રાખી હોય ત્યારે આકાશમાંથી ટપકી પડે છે !

“જીવન એક **બક્ષીસ** છે, અને તે આપણને **વધુ બનીને** કશુંક પાછું વાળવા માટેના વિશેષાધિકાર, તક અને જવાબદારી આપે છે.”

– એન્થની રોબીન્સ

અપેક્ષાઓ વગર આપો...

જ્યારે તમે એક વ્યક્તિને **મદદ** કરો, ત્યારે મોટી વાત એ છે કે તમે તમારા સમય અને ટેકાનાં રોકાણનું **વળતર** મેળવો તેવી શક્યતા છે. જોકે, તમે આવી મદદ બદલામાં કશાયની અપેક્ષા વગર આપવાની દૃષ્ટિથી આપો તે મહત્વનું છે. એટલા માટે ફાળો આપો, કારણ કે તે **કરવા યોગ્ય વસ્તુ** છે, એટલા માટે નહીં કે તમને પોતાને ફાયદો મળે, તમારે “તેમાં મારે માટે શું છે ?” વાળું વલણ ટાળવું જોઈએ કે જેણે લાંબા સમયથી સમાજ પર વર્ચસ્વ ધરાવ્યું છે. નોકરની માનસિકતા પર આધારિત માનસિકતા હંમેશાં અંતમાં જીતે છે.

પરંતુ શ્રેણીબધ્ધ લેનારાઓથી સાવધ રહો.

જ્યારે તમે કરી શકો ત્યારે લોકોને મદદ આપવી તે સારું છે ત્યારે, એ ખાતરી કરો કે તમારી **ઉદારતા** અને પરોપકાર-વૃત્તિનો ગેરલાભ ઉઠાવાતો નથી. એ લોકોથી સાવચેત રહો જે લોકો માત્ર લીધા જ કરે છે. જો તમને એવું લાગે કે તમારી મદદનો દુરઉપયોગ થાય છે, તો તે પાછા ફરી જવાનો સમય છે. પરંતુ ફરી એકવાર, આ વસ્તુ નિખાલસતાપૂર્વક કરો અને તમારાં કારણો સમજાવો.

"ગુરુત્વાકર્ષણની જેમ, **કર્મ** એટલી મૂળભુત બાબત છે કે મોટેભાગે આપણું તેના પર ધ્યાન પણ નથી જતું."

– સાક્યોંગ મીફામ

7.10

આપવાની ફીલોસોફી

જ્યારે તમે આધ્યાત્મિક અથવા અંગ સમૃધ્ધિ વડે આશીર્વાદ પામેલા બનો ત્યારે એ લોકોને આપવાનું ધ્યેય રાખો જેઓને તમારા વિશિષ્ટ સ્થાન વડે ફાયદો મળી શકે. તમારો ફાળો વાસ્તવિક હોઈ શકે, જેમ કે પૈસા, ખોરાક અથવા બીજી ભૌતિક વસ્તુઓ. જોકે, આપવું તે તજજ્ઞતા, જ્ઞાન અને અનુભવ જેવી અદૃશ્ય છતાં અમુલ્ય સંપત્તિ જેવી વસ્તુઓ સાથે પણ જોડાઈ શકે. તમારી જાતને પૂછો : "શું મારી પાસે જે છે તેનાથી બીજાને ફાયદો મળી શકે છે ?"

તમે આપેલા મુલ્યવાન ફાળામાંથી વિકસતું ઈચ્છવાયોગ્ય કારણને જોવું તે એક અતિશય વળતર આપનાર અંગત અનુભવ છે. એ એ દર્શાવવાની પણ શક્તિશાળી રીત છે કે તમારી પાસે જે છે તેનો તમે સ્વીકાર કરો છો અને તમે તમારી સંપત્તિ જેઓ ઓછા ભાગ્યશાળી છે તેમની વચ્ચે વહેંચવા માટે પૂરતા ઉદાર અને માયાળુ હૃદયના છો.

યોગ્ય રીતે કરાય તો, પરોપકારનાં કાર્યો તમને તમારા સમાજ અથવા ક્ષેત્રમાં ઉચ્ચ આદરપાત્ર વ્યક્તિ બનાવી શકે, અને હીત અને તકનાં આગળનાં દ્વાર પણ ખોલી આપી શકે તેમજ સંબંધો ઘડવામાં મદદ કરી શકે જે તમને આગળ લઈ જવામાં મદદરૂપ પણ હોય અને બદલો આપનાર પણ હોય.

જ્યારે તમે એક એવા કારણ માટે એક મુલ્યવાન ફાળો આપશો કે જે પ્રતિભાની પ્રગતિને ટેકો આપતું હોય ત્યારે તમે ગર્વ અને અંગત લાયકાતની મજબૂત ભાવના અનુભવશો. તમને સારી જાહેરાતમાંથી પણ ફાયદો મળશે જે તમારી પ્રતિષ્ઠા વધારશે. જોકે, જો તમારા મનમાં એક તફાવત ઉભો કરવાની ઈચ્છાના ઉંડા મૂળીયાં હોય તો જ તમે ભાગ લો તે અતિ આવશ્યક છે. તમારી ઉદારતાની કોઈપણ ભાવનાને એક હાવભાવના પ્રતિક તરીકે જોવાય તે તમારા

સ્થિતિસ્થાન/ વિખ્યાતીને ગંભીર નુકશાન પહોંચાડી શકે છે. હૃદયપૂર્વક ફાળો આપો, નહીંતર કોઈપણ છાપ ટૂંકા સમયની હશે.

તમારે સફળતાને એક દ્વિમાર્ગી રસ્તાની જેમ જોવી જોઈએ. પહેલાં, તે જે ભવિષ્ય લાવે છે તેને સ્વીકારો અને, બીજું, તમારે એવું અંગત ધ્યેય રાખવું જોઈએ જે કશુંક પાછું આપે છે. વિચારવાની આ રીત અપનાવવાથી તમે પ્રાપ્તિની મહાન ભાવનામાંથી ફાયદો ઉઠાવશો અને તમારા જીવનને વધુ અર્થ આપશો.

“માણસ દુનિયામાંથી જેટલું લે છે **ઓછામાં ઓછું** તેને **સમાન મુલ્ય** જેટલું તો પાછું આપવું જ જોઈએ. તે દરેક માણસનું **ઋણ** છે.”

– આલ્બર્ટ આઈન્સ્ટાઈન

ટેકારૂપ ભૂમિકાઓ

તમારી સફળતા છતાં, તમે તમારાં **મૂળીયાં** અથવા જરૂરીયાતવાળા લોકોને ભૂલ્યા નથી તે દર્શાવવું તે **પારિતોષિક** જેવું છે. માટે એવા માર્ગો શોધો જેમાં તમે સમાજના એક વિભાગને સક્રિય રીતે મદદ કરી શકો. નીચેના વિચારોનો સમાવેશ કરી શકાય :

- **દાન** - તમે મૂડી ઉભી કરવાની પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા અથવા દાન દ્વારા લાભાર્થીઓને કેવી રીતે ટેકો પૂરો પાડી શકો ?
- **તમારો સમય આપો** - નવી અને ઉભરતી પ્રતિભાઓને ટેકો આપવા માટે તમે તમારી **તજજ્ઞતા** કેવી રીતે પૂરી પાડી શકો ?
- **સલાહકાર** - જે વ્યક્તિઓને તેમની પોતાની દૃષ્ટિ હોય તેમને એક જેમ એક રૂપે ટેકો આપવા માટે અંગત **સમય** આપવાનું **વચન** આપો.
- **બાયંધરી** - જે કારણો સાથે તમે આધ્યાત્મિક રીતે અને ભાવનાત્મક રીતે **જોડાવ** અને સંબંધ સ્થાપી શકો તેને તમારા ટેકાની **ખાતરી આપો.**

“**આપવાથી** કદી કોઈ ગરીબ બન્યું નથી.”

– એન ફ્રૅંક

જોડાણ, **સૂઝ-બૂઝ,**
પસંદગી કરવી, ઓળખ,
છાપ, સંબંધો,
સાંભળવું, દૃઢતા,
ગુણવિશેષ, **ફાયદાઓ**

આઠમું કદમ
લોકો સાથે વચનબધ્ધ થવું 8

સફળતા એટલે શું તે વિશે દરેક જણનું પોતાનું દૃષ્ટિબિંદુ હોઈ શકે છે. પરંતુ તે એક સફળ ઉદ્યોગપતિ હોવું, વ્યાખ્યાતા બનવું, એક સફળ ચેરીટી ચલાવવી કે કશુંક સર્વથા જુદું કરવું - જે પણ હોય, શક્યતા એવી છે કે તમારી પાસે એક શ્રોતાગણ હશે જેના પર તમારે છાપ પાડવી જરૂરી છે. આ એ લોકો છે જેમનો તમે તે કરો છો કે નહીં તેના પર કટોકટીભર્યો પ્રભાવ હશે. જેટલું વધારે તમે તેમનું ધ્યાન યોગ્ય રીતે ખેંચી શકો, તેટલી શક્યતા છે કે તેઓ તમને સફળ બનાવવા માટે તમે જેની શોધમાં છો તે પ્રત્યાઘાત આપે.

અહીં તેની ચાવી માત્ર અસરકારક જોડાણો બનાવવાં તે જ નથી, પરંતુ તે યોગ્ય રીતે કરવું તે પણ છે. મજબૂત આદાન-પ્રદાનનું યોગ્ય રીતે સુપરત કરવાની પધ્ધતિ સાથે સંયોજન કરીને તમે વચનબધ્ધતાને મહત્તમ કરશો, જે તમે જેને માટે રાહ જોવો છો તે પ્રકારનું જોડાણ છે કારણ કે તે તમારા શ્રોતાગણને દર્શાવે છે કે તમે તેમના વિશે અને તેમની આકાંક્ષાઓ વિશે અને શ્રેષ્ઠ રીતે તેમના સુધી કેવી રીતે પહોંચવું તે વિશે જાણવા માટે સમય કાઢ્યો છે.

એવાં મુખ્ય પાસાંઓ છે જે નક્કી કરે છે કે તમે કેટલી અસરકારક રીતે લોકો સાથે વચનબધ્ધ થાવ છો. આ પ્રકરણ તમને આ મહત્વનાં ક્ષેત્રો દ્વારા તમારા શ્રોતાગણ સાથે એ રીતે આદાન પ્રદાન કરવામાં મદદ કરશે જે શ્રેષ્ઠ પ્રત્યાઘાત મેળવશે અને તમને તમારા સ્વપ્નની નજીક લઈ જશે.

8.1

તેમની આંખો દ્વારા જોવું

તમારાં લક્ષ્યો તરફ સક્રિય રીતે આગળ વધવું એટલે કે તમારે તમારી વિચારવાની રીતને અપનાવવા માટે બીજા લોકો સાથે જોડાવા માટે અને તેમને પ્રભાવિત કરવા માટે કઠીન પરિશ્રમ કરવો પડશે. મહત્વના ભાગીદારો, તમારા હિસ્સેદાર જુથના સભ્યો અને ગ્રાહકો અથવા તમારી સેવા લેતા હોય તેવા બીજા લોકો સાથે વીન-વીન સંબંધો સર્જવાની તરસ એ પ્રાથમિક હેતુ હોવો જોઈએ. માત્ર તમારા જ નહીં - તેમના નજરીયાથી વસ્તુઓ જોઈ શકવી તે પ્રારંભ બિંદુ છે.

જો તમારી અંગત જરૂરીયાતોની જ તમને પડી છે, તો લોકો એ ઓળખી લેશે અને તમારા ઈરાદા વિશે પ્રશ્નો પૂછશે. બીજા લોકોની દુનિયામાં રસનો અભાવ બહુ સ્પષ્ટ રીતે ઈશારો કરે છે કે તમે માત્ર તમારે માટે જ કામ કરવા બહાર પડ્યા છો. કોઈપણ મહત્વાકાંક્ષી વ્યક્તિ જે તેમનાં લક્ષ્યો સિધ્ધ કરવા માંગે છે. તેને માટે આ ખરેખર જોખમી પ્રદેશ બની જાય છે, ખાસ કરીને જો લોકોને બાજુએ કરી દેવા તે આગળ વધવાની મુખ્ય વ્યુહ રચના હોય તો.

જ્યારે તમે જેને પ્રભાવિત કરવાની જરૂર છે તેવા સંભવિત ભાગીદારો, ગ્રાહકો અથવા વ્યક્તિઓ સાથે ચર્ચામાં ઉતરો ત્યારે જો તમે તમારું ઘરકામ કર્યું હોય તો હકારાત્મક પરિણામની શક્યતાઓ ખૂબ જ વધી જાય છે. તૈયારી માટેની જરૂરીયાતને ક્યારેય ઓછી આંકી શકાય નહીં.

કોઈકની વધુ નજીક જવાની પ્રક્રિયાનો અર્થ જ છે કે તમે સારી રીતે માહિતગાર છો. તમારા સંદેશાઓ સારી રીતે નિશાન લીધેલા બની જાય છે અને તમે તમારી જાતને કોઈપણ સંભવિત પડકાર અથવા વિરોધીને નિષ્ફળ કરવાની ઘણી વધારે તક થી સજ્જ કરી લીધી છે. આ પ્રશ્નોને અગાઉથી જાણી લેવાની અને તેની સાથે વ્યવહાર કરવાની તમરી ક્ષમતા તમને વ્યવસાયિક અને વિશ્વસનીય બન્ને હોવાનું સ્થાન અપાવશે.

તમારે જેને પ્રભાવિત કરવાની જરૂર છે તે લોકો માટે શું મહત્વનું છે તે શોધવામાં સમય ખર્ચો, એક વખત તમે બીજા લોકોની દુનિયામાં વસવાની કળામાં નિપુણ બની જાવ, પછી તમારી વધારેલાં પ્રમાણિક મુલ્યો પ્રદર્શિત કરવાની ક્ષમતા ને સારી રીતે સ્વીકારાશે. પછી તમે બીજા લોકો સાથે જોડાવામાં ઉપર ચડશો, અને તમારા સંબંધોમાં હજી વધારે મુલ્યો ઉમેરવાનાં તમારાં વલણને કેવી રીતે સંવાદી બનાવવું તે પણ શીખી જશો.

"આપણે જે નથી સમજતા તેવા કશાકની **શોધ** એ જ્ઞાનની **શરૂઆત** છે."

– ફ્રાન્ક હર્બર્ટ

અંદર સુધી ઉતરી જવું

નીચેની બાબતો વડે મુખ્ય લોકો અને જુથોની **માનસિકતામાં** પ્રવેશવાનો પ્રયાસ કરવો :

- તેમની જ **રૂરીયાતો** તથા પ્રેરણાઓ સમજીને

- તેમને માટે મહત્વના હોય તેવા મુદ્દાઓની સુઝ-બુઝ મેળવીને
- તેઓ જેનો **અનુભવ કરી રહ્યા** છે તેવી સમસ્યાઓ અને પડકારો વિશે વધુ જાણીને
- ભાવિ માટેનાં તેમનાં આયોજનો તથા વ્યુહરચનાઓ જાણી લઈને
- તેમની બીજી તરફની **અપેક્ષાઓ** શોધીને

"**જ્ઞાન** મારામાંથી ઈશ્વર બનાવે છે."

- અજ્ઞાત

8.2

જીવન એક પડાવ છે

સફળતા એવા લોકો અને સંસ્થાઓનો સમાવેશ કરે છે જેમણે તેમની પાસે જે આપવાનું હોય તે વેંચવું પડે - આ વસ્તુ તમારી આવડત, ઉત્પાદન અથવા સેવા હોઈ શકે. આ વાત ઘણાને ડરાવે છે કારણ કે તે અનૈતિક, મીઠાબોલી, પોતાનો રસ્તો કરી લેવા માટે બીજાનો ઉપયોગ કરનાર વ્યક્તિની છાપ ઉપસાવે છે. વાત એ નથી. તમારે જે આપવાનું છે તેમાં દૃઢ માન્યતા દ્વારા સાચું મુલ્ય આપવાની માનસિકતા સાથે જોડાયેલ નૈતિક વર્તણુકમાં એક મહાન પડાવ સુદૃઢ થયેલ હોય છે.

અંગત અને વ્યાવસાયિક પ્રગતિનો અર્થ છે કે તમે વારંવાર એવી પરિસ્થિતિમાં હશો જ્યાં તમારે તમે જે ઈચ્છો છો તેને માટે મેદાન તૈયાર કરવું પડશે. કારકીર્દિમાં બઢતી, શાળાનાં બોર્ડમાં સ્થાન મેળવવા માટે અરજી કરવી અથવા નવા ગ્રાહકોને આકર્ષવા તેનો મૂળભુત રીતે તમે હરીફાઈમાં છો અને વેંચાણ કરવાની જરૂર છે તેવો અર્થ થાય છે. જો તમે વેંચાણ કરવાની માનસિકતા નથી અપનાવતા અને તમારું મેદાન સાવધાનીપૂર્વક તૈયાર નથી કરતા તો તમે જીવન પાસેથી જે ઈચ્છો છો તે મેળવવા માટે સંઘર્ષ કરવો પડશે.

તમારે મેદાન તૈયાર કરવાની માનસિકતા અપનાવવી પડશે. આ એક પારંપારિક સેલ્સપર્સન બનવા વિશે અથવા વધારે પડતું વેંચાણ કરવા વિશે નથી. તે તમારી ઓફરને તારવવા વિશે અને તમારો જુસ્સો સ્પષ્ટ, તાર્કિક, આકર્ષક અને ગળે ઉતરી જાય તેવી પધ્ધતિમાં આદાન-પ્રદાન કરવા વિશે છે. માત્ર આ પ્રક્રિયા દ્વારા જવું તે તમને ધ્યાન કેન્દ્રિતતા અને દિશા આપવામાં મદદ કરી શકે. તમારી પ્રતિભા, ખ્યાલો, ઉત્પાદન અથવા સેવાના ફાયદાઓ વિશે બીજા લોકોને ખાતરી કરાવવી તે તમારું લક્ષ્ય સિધ્ધ કરવાનો એક અતૂટ ઘટક છે.

એ ખાતરી કરો કે તમે તમારી મેદાન તૈયાર કરવાની આવડતનો અભ્યાસ તમારી સફળતાની તકો વધારવા માટે કરો. તે તમને કોઈપણ સ્પર્ધાનો નિકાલ કરવાની મજબૂત સ્થિતિમાં મૂકશે.

“જો તમે વેંચાણ (અથવા જીવન)માં તમે જે ઈચ્છો છો તેની **વધુ નજીક નથી** જઈ શકતા, તો તેનું કારણ છે કે કદાચ તમે પૂરતી **પૂછપરછ** નથી કરતા.”

– જેક કેનફીલ્ડ

જ્યારે તમે એવી પરિસ્થિતિમાં આવી પડો કે જ્યાં વેંચાણ કરવું તે અતિઆવશ્યક છે તો નીચેની બાબતો પૂછવાથી શરૂઆત કરો :

- હું તેમની દુનિયા સમજું છું ?
- હું જેને માટે મેદાન તૈયાર કરી રહ્યો છું તે વ્યક્તિ માટે હું કઈ સમસ્યા હલ કરવા જઈ રહ્યો છું ?
- મારા શ્રોતાગણ વિશે હું શું જાણું છું ?
- હું ક્યાં મુલ્યો લાવું છું ?
- વિશ્વસનીયતાનો પુરાવો આપવા માટે હું ક્યાં ઉદાહરણોનો ઉપયોગ કરી શકું ?
- હું જે છાપ ઉભી કરું તેને કેવી રીતે જીવંત બનાવી શકું ?
- મારે જે આપવાનું છે તેના વિશે વિશિષ્ટ શું છે ?

"હકીકત એ છે કે, દરેક વ્યક્તિ **વેંચાણ** માં છે. તમે કામ કરતા હો તે ક્ષેત્ર ગમે તે હોય, તમારી પાસે **ગ્રાહકો** છે જ અને તમારે **વેંચવાની** જરૂર પણ છે જ."

- જે અબ્રાહમ

8.3

એક સ્પષ્ટ પ્રસ્તાવ આપો

એક સ્પષ્ટ પ્રસ્તાવ હોવો અને તેને કઠોર સાદગીથી વ્યક્ત કરવો તે એવી કુનેહ છે જે તમારે સંપાદિત કરવી જ જોઈએ. મોટેભાગે ભાષાના વધુ પડતા વાણી વિલાસમાં મુખ્ય સંદેશાઓ ખોવાઈ જાય છે. પરિણામ એ આવે છે કે, તમારી ઓફર ગમે તેટલી મજબૂત હોય. તમારું આદાન-પ્રદાન તમારા શ્રોતાગણ સાથે પડઘો પાડવામાં નિષ્ફળ જાય છે. જો તમે સમસ્યાને હલ કરવા માટે કંઈક ન કરો તો આ આકર્ષણનો અભાવ પ્રાણઘાતક સાબિત થઈ શકે છે.

આકર્ષક રીતે પ્રભાવ સાથે તમારી પ્રસ્તાવના આપી શકવાની આવડત મેળવવી, તે તમારે જે કહેવાનું છે તે બીજાને સાંભળતા કરવાની તમારી શક્યતાને સૂચક રીતે વધારશે. ઘણીવાર તમે જે સિધ્ધ કરવા માંગો છો તેના પર પ્રભાવ પાડી શકે તેવી વ્યક્તિ સાથે વાત કરવાની અથવા મુદ્દો રજુ કરવાની મોટેભાગે એક જ તક મળતી હોય છે.

જ્યારે તમે એવી માનસિકતા અપનાવો જે તમારે જે કહેવાનું છે તેને મુદ્દાસર અને અસરકારક રીતે દર્શાવવાની તમને છૂટ આપે છે ત્યારે તમે બીજાના રસને આકર્ષો છો અને તમારા અભિપ્રાયો પચાવાય છે અને ધ્યાન પર લેવાય છે. જ્યારે બીજાની જરૂરિયાતોની અસરકારક સમજણ અને સારી રીતે તૈયાર કરાયેલ પીચ સાથે સંયોજાય ત્યારે, તમે જે વસ્તુઓ કહેવા માંગો છો તે વધુ સ્પષ્ટ અને મુદ્દાસર બની જશે. પરિણામે, તેઓ ઝડપથી બીજા લોકોનું ધ્યાન આકર્ષશે.

તમે તમારી ઓફર સુધારો છો અને તમારા અનુભવમાંથી શીખો છો તેથી તમારી દરખાસ્તમાંથી અસરકારક રીતે પસાર થવું એ કશુંક એવું છે જેના પર તમે જેમ સમય પસાર

થાય તેમ તમે કામ કરી શકો અને તેની ધાર કાઢી શકો. માટે હંમેશાં યાદ રાખો, મહાવરો (માણસને) સંપૂર્ણ બનાવે છે.

ગુણ વિશેષ. ફાયદાઓ. પ્રભાવ. પૂરાવા

ઉપરની વસ્તુઓ વડે પ્રસ્તાવનાનો વિકાસ કરવો તે તમારી આવડતો **વિકસાવવાનું** શરૂ કરવાનો મહાન માર્ગ છે. તે તમને પ્રસ્તાવના એવી રીતે મૂકવા દે છે કે તે બીજા લોકોના રસને **મોહમાયામાં જકડી લે છે** અને તેમને પોતાની બાજુ કરી લે છે. આ વસ્તુઓ તમારી પ્રસ્તાવનાનાં મુખ્ય તત્વો ગોઠવે છે :

- ગુણવિશેષ - તમારી ઓફરોનાં મુખ્ય લક્ષણો
- ફાયદાઓ - તે મેળવનારની વર્તમાન પરિસ્થિતિ કેવી રીતે સુધારે છે
- પ્રભાવ - તમે કરી શકો તેવો માપી શકાય તેવો તફાવત
- પુરાવા - તમે તે પહેલાં ક્યાં કર્યું છે તેવો ઉદાહરણ

"એક **ડાહ્યો** માણસ તેની **માન્યતાઓ** અને **પુરાવાઓ** વચ્ચે પ્રમાણ જાળવે છે."

– ડેવીડ હ્યુમ

તમારા પ્રસ્તાવોનું ધ્યેય નીચેની બાબતોને પ્રાવૃત્ત કરવાનું હોવું જોઈએ :

- તમે લાવો તે મુલ્ય
- તમે જે તફાવત ઉભો કરશો
- તમે જે સમસ્યાઓ **ઉકેલશો**
- એ તત્વો જે તમને બીજાથી અલગ રાખે છે.

"સફળતાનો માણસ નહીં, **મુલ્યનો માણસ** બનવા પ્રયત્ન કરો."

- આલ્બર્ટ આઈન્સ્ટાઈન

8.4

તમારી અંગત ઓળખ ઉભી કરવી

તમારા પ્રસ્તાવને સમજવાની અને તમારી પીચથી પ્રભાવિત થવાથી પણ આગળ, જ્યારે તમે જે આપો તે લોકો "ખરીદે" છે ત્યારે તેઓ તમારી અંદર પણ ખરીદી કરે છે - અને અમુક હદ સુધી તમારી દૃષ્ટિને પણ ખરીદે છે. આ તમારું સ્વપ્ન છે અને તમે તેને આગળ ધપાવો છો, માટે તેને સિધ્ધ કરવા માટેનું તમારું આ કાર્ય છે તેમાં તમે પ્રદર્શન માટેનું પુતળું બની જાવ તેવી શક્યતા છે. વર્જીનના રીચાર્ડ બ્રાન્સનથી લઈને ઈઝીજેટના સ્ટેલીઓસ સુધી વધુને વધુ સંસ્થાઓ તેમના **"પ્રદર્શનનાં પૂતળાં જેવા લોકો"** નો તેમનાં પ્રેક્ષકો સાથે જોડાવા અને તેમના પ્રસ્તાવો તથા ઓળખને ટેકો આપવા ઉપયોગ કરે છે. એક ખૂબ જ સ્પર્ધાત્મક વાતાવરણમાં, તે તમને વિભિન્નતાનો મુખ્ય મુદ્દો સર્જવામાં મદદ કરી શકે છે.

આ વસ્તુ અસરકારક રીતે કરવા માટે, તમારે તમારી પોતાની અંગત ઓળખ વિકસાવવી જરૂરી છે જે તમારા સ્વપ્ન સાથે અને તમે આગેવાની કરતા હોવ તેવાં કોઈપણ કાર્ય સાથે સંલગ્ન હોય અને તમારે આ ખૂબ જ સાવધાનીપૂર્વક અને પુષ્કળ વિચાર સાથે કરવાની જરૂર છે કારણ કે તમે તમારી પ્રતિષ્ઠાને સીધી તમારા તંત્રની પ્રતિષ્ઠા અને તમે જે આપો છો તેની સાથે જોડી રહ્યા છો. તમારે તમારી માનસિકતા પણ તૈયાર કરવી જરૂરી છે જેથી તમે તમારી ઓળખનો પ્રતિબીંબિત કરો. દેખીતી રીતે, તમારી છબી તમારા પ્રેક્ષકોને સહાનુભૂતિપૂર્ણ, સુસંગત અને આકર્ષક હોવી જોઈએ કારણ કે આદર્શ રીતે, ભાવનાત્મક રીતે અને કાર્યની રીતે તમારી સાથે આપ્તભાવ હોવો જરૂરી છે.

આખરે, આ બધું તમારી અંગત કેમેસ્ટ્રી વિશે છે. સફળ માણસોમાં તેમનાં વ્યક્તિત્વ અને અંગત શક્તિ દ્વારા બીજા લોકો સાથે જોડાવાની શક્તિશાળી ક્ષમતા હોય છે. તમારી અંગત ઓળખ કેળવવાનું શરૂ કરો, કારણ કે ભવિષ્યના સંબંધો, ભાગીદારીઓ તથા સંપર્કોની સફળતા બીજા તમને કેવી રીતે જોવે છે અને સમજે છે તેના પર ખૂબ જ આધાર રાખે છે.

તમારી પોતાની અંગત ઓળખ અને તેમને કેવી રીતે સમજવામાં આવે છે તે વિશે વિચારો. તમે કરી શકો તેટલું શ્રેષ્ઠ કામ કરો, તમારા સમાજ સાથે અસરકારક રીતે જોડાઈ શકવાની ક્ષમતા વિકસાવો અને મહાન આદાન-પ્રદાન કર્તા બનો. તમે શેનું પ્રતિનિધિત્વ કરો છો તે વિશે સ્પષ્ટ રહો અને મજબૂત નૈતિક સ્થાનમાંથી ચળો નહીં. આમ કરવાથી તમે એક મજબૂત અંગત ઓળખ ઉભી કરશો - એક એવી ઓળખ કે જેમાં બીજા જોડાવા ઈચ્છશે.

"તમારી અંગત ઓળખ એ તમારા સમુદાયને તમારું વચન છે, **ગુણવત્તા, દૃઢતા, કાબેલીયત** અને **શ્રધ્યેયતાનું** વચન."

- જેસન હાર્ટમેન

તમે ત્રણ સ્તરે તમારી અંગત ઓળખ વિશે વિચારી શકો :

- **કામગીરીમાં નિપુણતા** - તમે જેમાં સારા છો અને તમે જે **તજજ્ઞતા** લાવો છો. તમારી અંગત ઓળખનું આ તત્ત્વએ સ્પષ્ટ કરવું જોઈએ કે તમે તમારા વ્યવસાય, વ્યાપાર અથવા કર્તવ્યમાં **પરિપૂર્ણ** છો. જ્યારે તમે જાણતા હોવ કે તમે શેના વિશે વાત કરો છો ત્યારે બીજા લોકો તમારા નિર્ણયમાં વિશ્વાસ મૂકશે.
- **સામાજિક નિપુણતા** - આ બીજા સાથે અસરકારકતાથી **આદાન-પ્રદાન કરવાની** અને અર્થપૂર્ણ સંવાદો વિકસાવવાની ક્ષમતા છે. સામાજિક પરિમાણ તમે જેની સાથે જોડાયેલા છો તે સામાજિક નેટવર્ક સુધી પણ વિસ્તરે છે. વિશ્વસનીય, આદરપાત્ર અને વ્યાવસાયિક લોકો નૈતિક અને તેવી જ રીતે વ્યાવસાયિક સોબત જાળવવાની વૃત્તિ ધરાવતા હોય છે - આથી મોટેભાગે તમારા વિશે પણ તમારાં **જોડાણો** વડે નક્કી કરાય તેવું બને, માટે સાવધ રહો.
- **આધ્યાત્મિક નિપુણતા** - આ તમે તમને પોતાને કેવી રીતે **સંચાલિત** કરો છો અને તમે જે અંગત માન્યતાઓ અને મુલ્યો ધરાવો છો તેની સાથે સંબંધિત છે. મજબૂત અંગત **ઓળખો તેમનાં વચનો** પાળે છે, તેઓ તેમને પોતાને અને તેમનાં જીવનને કેવી રીતે સંચાલિત કરે છે તે વિશે અતિશય નૈતિક અને પારદર્શક હોય છે.

"સારી **પ્રતિષ્ઠા** એ **પૈસા** કરતાં વધુ **મુલ્યવાન** છે."

- પબ્લીલીયસ સાયરસ

8.5

તાત્કાલિક પ્રભાવ ઉભો કરવો

સંયોજકતા અને કરારની કળામાં લગભગ તાત્કાલિક એક હકારાત્મક અસર ઉભી કરવાનો સમાવેશ થાય છે. તે તમને પરસ્પર ક્રિયાઓ વડે આગળ દબાણ કરવામાં અને જે બન્ને પક્ષ માટે મુલ્યો લાવે છે તેવી દૃષ્ટિઓની રચનાત્મક આપ-લે ને પ્રોત્સાહન આપવા શક્તિમાન બનાવે છે. જો તમે આ કરી શકો તો તમે એવી વ્યક્તિ તરીકે ઓળખાશો જે લોકોને તેમની સાથે તદરૂપ થઈને નિરાંત કરાવી શકે અને પછી લાગતા-વળગતા બધાને માટે મુલાકાતની અસરકારકતાને મહત્તમ કરવા માટે તેમનામાંથી સૌથી વધુ બહાર લાવી શકે.

એક નોકરીના સાક્ષાત્કારમાં, લોકોને ઝડપથી સ્વસ્થ લગાડવાની ક્ષમતા તેમને તમારા તરફ હકારાત્મક અનુભવાવવામાં અને તમારે જે કહેવાનું છે તેને માટે વધુ ગ્રહણશીલ બનાવવામાં મદદ કરે છે. ગ્રાહકોનાં નવાં જુથ પાસે રજુઆત કરવા દરમ્યાન, આ તમને તેમનું ધ્યાન ઝડપી લેવા માટે સક્ષમ બનાવશે અને તમારે જે આપવાનું છે તે સમજાવવા માટે વધુ સમય આપશે.

તમે તમારા પ્રેક્ષકો સાથે કેટલી ઝડપથી અંગત રીતે વ્યસ્ત થઈ શકો છો તે ઘણા બધાં પાસાંઓ નક્કી કરશે. તમારું વલણ શરૂઆતથી જ હુંફાળુ અને આમંત્રણ આપતું હોવું જરૂરી છે, જ્યારે તમારામાં ઘમંડ દર્શાવ્યા વગર, સત્તા અને વિશ્વાસની લહેર પણ હોવી જોઈએ. તમારે શરૂઆતમાં જ તમારાં જ્ઞાન અને અનુભવ સાબિત કરવાં જરૂરી છે, સાથે સાથે તમારા પ્રેક્ષકોને તેમનો મત માંગીને સામેલ કરવાથી અથવા તેમની પાસે તમારે માટે કોઈ પ્રશ્ન હોય તો તેનાથી ડરવાની પણ જરૂર નથી. તમારે બને તેટલા ચાલાક દેખાવાને બદલે, અળગા દેખાવાની પણ જરૂર છે, પરંતુ તે તમારા પ્રેક્ષકોને અનુરૂપ આવવું જોઈએ. જો તમે વધારે પડતું કરો, તો તમે ધાક બેસાડતા હો તેમ સમજાશે.

જ્યારે તમે તમારાં જોડાણને મહત્તમ બનાવવા માટે તમારા પ્રેક્ષકો સાથે સંબંધ બાંધો છો ત્યારે ટુંકા સમયની અંદર તમે લોકો તમારામાં વિશ્વાસ મૂકે અને તમને વિશ્વસનીય ગણે તેવું ધ્યેય રાખો છો.

તમારા નવા લોકો સાથેના પ્રથમ મેળાપની અસરકારકતાને મહત્તમ બનાવવા માટે, એ વસ્તુની ખાતરી કરો કે તમે નાની બાબતો પણ યોગ્ય રીતે કરો. નીચેમાંથી કેટલીક બાબતો વિશે સભાન હોવામાં નિષ્ફળતા તમને ખોટી છાપ સર્જવા તરફ લઈ જઈ શકે :

અંગત દેખાવ - તમે જેવી રીતે લોકો તમને સમજે તેમ ઈચ્છતા હોવ તેવું વસ્ત્રપરિધાન કરો. તમારી વસ્ત્રપરિધાનની શૈલી તમારાં વ્યક્તિત્વનો લગભગ એક ભાગ બની જાય છે. સારી સજાવટનો અર્થ છે કે આપણે આપણા પોતાનામાં ગર્વ લઈએ છીએ, અને તે મોટેભાગે આપણા જીવનનાં બીજાં પાસાંઓમાં અનુદિત થાય છે. જો તમારી પરિધાન શૈલી સંજોગો અને પરિસ્થિતિ સાથે અસંગત છે તો તે બીજા લોકોના વિચારો પર વર્ચસ્વ કરશે.

આતિથ્ય સત્કારની ભાવનાવાળા અને આવકાર આપનાર - જ્યારે તમે મહેમાનો આવવાની અપેક્ષા રાખતા હોવ ત્યારે તમે **આતિથ્ય ભાવનાવાળા** હોવ તે આવશ્યક છે. તમે બીજાને જે આવકાર આપો છો તે સંભાળ લેવાની અને આદરની ઉચ્ચે શ્રેણી પ્રદર્શિત કરે છે. એક હુંફાળો આવકાર એક ચર્ચા માટે **હકારાત્મક આબોહવા** અને સંબંધો શરૂ થવા માટે સારો આધાર સર્જે છે. જે વાતાવરણ મૂળભુત માનવ જરૂરીયાતોને સંબોધવામાં નિષ્ફળ જાય છે તે સંબંધો કેળવવાનું મુશ્કેલ બનાવશે.

સ્મિત - મોટાભાગની વ્યક્તિઓ **હકારાત્મક** લોકો સાથે કામ કરવાનું અને જોડાવાનું પસંદ કરે છે. આ પ્રદર્શિત કરવાના મૂળભુત માર્ગોમાંનો એક છે - માત્ર સ્મિત કરવું.

હાજર રહો - તમે જ્યારે કોઈકને મળો ત્યારે એ વાતની ખાતરી રાખો કે તમે ત્યાં **'હાજર'** હોવ ! મોટાભાગે મુલાકાતો કે સભાઓમાં લોકો અર્ધસભાન અવસ્થામાં હોય છે અને તેમનાં મન બીજે ભટકતાં હોય છે, આથી તેઓ એવા કશાક વિશે વિચારતા હોય છે કે જે સંપૂર્ણપણે અસંબદ્ધ હોય. તે આદરનો અભાવ માત્ર દર્શાવે છે.

“**સ્મિત** એ વૈશ્વિક **આવકાર** છે.”

– મેક્સ ઈસ્ટમેન

8.6

મનની સ્થિતિ

વ્યક્તિઓ અથવા લોકોનાં જુથ સાથે મહત્વની વાતચિત કરતાં પહેલાં તમારે સંપૂર્ણપણે તૈયાર થયા વગરની પરિસ્થિતિમાં તમારી જાતને રજુ કરવાનું ટાળવું જોઈએ. આ તૈયારીમાં

વિષય વસ્તુમાં સંશોધન કરવાનો અને યોગ્ય માનસિકતામાં આવવાનો સમાવેશ થાય છે.

સૌ પ્રથમ તો તમારે પોતાને એ પૂછવાની જરૂર છે કે શું તમે જે સંદેશ આપવા માંગો છો તેમાં સંપૂર્ણપણે નિષ્ણાત છો અને શું તમે જરૂરી તૈયારી કરી છે. વધુ લોકો તમને માનવાના હોવાથી અને તમારે જે કહેવાનું છે તે સાંભળવાના હોવાથી તમે આત્મવિશ્વાસથી ભરપૂર અને સારી રીતે માહિતગાર હોવા તરીકે બહાર આવો તે અતિઆવશ્યક છે.

બીજું કે તમારે તમારી સફળતા માટે મહત્વની હોય તેવી મુલાકાતો, રજુઆતો અને વાતચિત માટે માનસિક રીતે તૈયાર થવા પાછળ સમય ગાળવો જોઈએ. એક માનસિકતા કે જે એક સફળ રજુઆત અથવા મુલાકાત આપવા પર કેન્દ્રિત ન હોય તે વધુમાં વધુ એક સંતોષજનક કામગીરી ઉત્પાદિત કરશે. તમારે પ્રસંગ માટે તમારી વિચારસરણી તૈયાર કરવા પાછળ સમય કાઢવો જરૂરી છે. એટલે કે તમે જે કરવા જઈ રહ્યા છો તેને માટે યોગ્ય માનસિકતામાં પ્રવેશવું.

માનસિક રીતે તૈયાર થવાનો તમે જેટલો વધુ મહાવરો કરશો તેટલા તમે તેમાં વધુ સારા બનશો, તમારા વિષયમાં સંપૂર્ણ સંશોધન સાથે આને વણી લેવું તેનો અર્થ થશે કે તમે જે સિધ્ધ કરવા માંગો છો તેના પર તમારે કોઈ મર્યાદા લાદવાની જરૂર નહીં પડે અને તમને મહત્વના સંપર્કો કરવામાંથી પાછા પાડવાનો ડર અટકાવશે. તરતમાંજ તમે વિવિધ સ્તરો પર સામ સામે વાતચિતથી લઈને નાનાં અને વધુ મોટાં જુથો સાથે અસરકારકરીતે આદાન-પ્રદાન કરવાની કળામાં નિપુણતા મેળવી લીધી હશે. તમારા વિષય પર મજબૂત પકડ ધરાવવી અને પછી ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ કરવો તે તમને કોઈની પણ સાથે અસરકારક રીતે જોડાવાની ક્ષમતા આપવામાં મદદ કરશે. તમે જેટલો વધારે અભ્યાસ કરશો તેટલા વધારે નિપુણ બનશો.

ક્ષેત્રમાં પ્રવેશવું

તમે તમારા પ્રેક્ષકો માટે નીચેની બાબતો વડે માનસિક રીતે તૈયાર થઈ શકો :

- ઈચ્છિત **પરિણામની** માનસિક છબી સર્જીને. એક ઈરાદો નક્કી કરો અને તેને લખી લો.
- પરિણામ તમે ઈચ્છો છો તે જ હશે તેમ તમારી જાતને કહ્યા કરવું. આમ કરીને તમે તમારી જાતને સફળતા માટે તૈયાર કરો છો.
- પુનરાવર્તન કરીને તમે જે કહેવાના છો તે બધા જ **મુખ્ય મુદ્દાઓનો** માનસિક નકશો બનાવવો. શરૂ કરવાના શબ્દો વિશે અને શરૂઆતનાં થોડાં વાક્યો વિશે વિચારવું તે

સૌથી મહત્વનું છે.

- કોઈપણ ચેતનાને શાંત થવામાં મદદરૂપ થવા ઉંડા છીછરા શ્વસનને ઉપયોગ કરવો.
- એક મહત્વના પ્રસંગ, મુલાકાત અથવા વાતચિત પહેલાં હંમેશાં એકાંત માટે સમય સર્જવો. તે તમારા વિચારોમાં **ક્રમ** લાવશે અને મગજનો કોલાહલ ટાળશે.

"જો તમારી અંદરના અવાજને કહેતાં સાભળો કે, 'તમે ચિત્રકાર નથી', તો કોઈપણ રીતે ચિત્ર બનાવો, અને એ **અવાજ ચૂપ** થઈ જશે."

– ***વિન્સેન્ટ વાનગોઘ***

8.7

સુસંગત હોવું

તમારા શ્રોતાગણનું જોડાણ મહત્તમ કરવાની તમારી ક્ષમતા માત્ર તમે તમારા પ્રયોજનો અથવા ઓફરો વિશે જે સંદેશાઓ આપો છો તેના પર અથવા ગમે તે સંદેશાઓ કેવી રીતે આપો છો તેના પર જ આધાર નથી રાખતા પરંતુ તમારી સુસંગતતા પર પણ આધાર રાખે છે. આનાં બે સ્તરો છો, જે અસરકારક મજબૂત સંપર્કો બનાવવામાં એક સરખાં મહત્વનાં છે.

સૌ પ્રથમ, તમારે એક અંગત પરિપ્રેક્ષ્યથી સુસંગત હોવું જોઈએ. જો તમે મતો, અભિપ્રાયો, વિચારો અને વચનોના બદલાતા રહેવાની પશ્ચાદાભૂથી વિરુદ્ધ જીવન જીવો તો બીજા લોકોને તમારી સાથે જોડાવાનું મુશ્કેલ લાગશે, કારણકે શું અપેક્ષા રાખવી તે વિશે તેમને ક્યારેય ખાતરી નહીં હોય. કંઈક અંશે મક્કમતા વગરની માનસિકતા એવી પરિસ્થિતિમાં પરિણમશે જ્યાં સંબંધો બંધાવા મુશ્કેલ હોય છે અને તમારા મતો તથા અંગત વિશ્વસનીયતા માટેનો આદર સ્થપાવો મુશ્કેલ બને છે.

એટલું જ નહીં, પરંતુ તમે જે છબી ઉપસાવો છો તે તમારી અંગત ઓળખ - અને તમારા મૂડને સુસંગત અને તમારા સ્વપ્ન સાથે હરોળમાં હોવી જરૂરી છે. તે લોકોને દર્શાવે છે કે તમે વિશ્વાસપાત્ર છો અને અતિ મહત્વનો વિશ્વાસનો મંચ ઘડવામાં મદદ કરે છે. છેવટે તો, જો લોકો તમે જે કહો છો તેમાં ન માની શકે તો તેઓ તમારી દરખાસ્તો અથવા ઓફરોને ખરીદે તેવી શક્યતા નથી, અને આનો અર્થ થશે કે તમને તમારાં લક્ષ્ય તરફ મદદ કરી શકે તેવા મહત્વના સંપર્કો કરી શકાશે નહીં.

બીજું, તમે જે સંદેશ આપો છો તે સુસંગત હોવો જોઈએ કારણ કે તમે તમારી ઓફર રજુ કરો અથવા ચર્ચો તે દરેક સમયે તમે તમારી દરખાસ્ત વધુ દૃઢ કરો છો. તે તમારા પ્રેક્ષકોને વધુ સ્પષ્ટ ચિત્ર આપવામાં અને ગુંચવણ ટાળવામાં મદદ કરશે.

જો તમે જેનું આદાન-પ્રદાન કરો છો તે સંદેશાઓમાં અને જે વર્તણુક પ્રદર્શિત કરો છો તેમાં સુસંગત હશો તો કરાર ખૂબ જ વધશે.

“હંમેશાં **સુસંગત** રહો.”

– કેસી કાસ્યુમ

“હું **ઉંચ** અને **નીચ** કરતાં, વધુ ને વધુ સુસંગતતા ઈચ્છું છું.”

– ડુ બારીમોર

તમે કેટલા સુસંગત છો ? આ ચાર ક્ષેત્રોમાં તમારી પુન: તપાસ કરો :

- **મૂડ** - શું લોકોને તમારું મન **“વાંચવું”** અને તમે મનની સારી સ્થિતિમાં છો કે ખરાબ તે નક્કી કરવું મુશ્કેલ લાગે છે ? તમને કેવું લાગે છે તેની દરકાર કર્યા વગર શું તમે ઉપગમ્ય છો ? તમે તમારા દિવસનું કેવી રીતે સંચાલન કરો છો તેમાં તમારા **મૂડ** ને અસર ન કરવા દો, નહીંતર તમે લોકોને બીજે વાળવાનું જોખમ ઉઠાવશો.
- **અંગત મુલ્યો અને ફાયદાઓ** - શું તમે જેને આગળ ધરો છો તે **મુલ્યો** અને **માન્યતા** ઓ મુજબ તમે જીવો છો ? કે પછી તમે જીવન પાસેથી જે ઈચ્છો છો તે મેળવવા માટે તમે તેનો ઉપયોગ કરો છો ? આમ કરવાથી તમે અસત્યને જીવવાની

શરૂઆત કરો છો અને બીજા લોકો તમને માત્ર તમારે પોતાને માટે બહાર પડનાર તરીકે સમજશે.

- **લક્ષ્યો અને મહત્વાકાંક્ષાઓ** - જ્યારે તમે તમારાં લક્ષ્યો મૂકો ત્યારે તમે ભલે ગમે તે સંજોગો અથવા પરિસ્થિતિઓમાં હોવ તો પણ તેમને સિધ્ધ કરો છો ? જ્યારે જીવન મુશ્કેલ બની જાય અથવા **લક્ષ્યો** પૂરા ન થઈ શકે તેવાં લાગે ત્યારે શું તમે બીજી વસ્તુ તરફ વળી જાવ છો ? આ વસ્તુ ખૂબ જ નકારાત્મક સંદેશાઓ આપે છે કારણ કે બીજા લોકો તેમને મક્કમતાના અભાવ તરીકે જોશે.
- **કાર્ય** - શું તમારા કાર્યની ગુણવત્તા અને વ્યાવસાયિક જીવન એકધારી રીતે **ઉચ્ચ ધોરણ** નાં છે ? શું તમે સહકર્મીઓ અને જુથના સભ્યોને આપેલાં **વચનો** નો આદર કરો છો, કે પછી તમને તેઓ જે કહે તે કરવામાં નિષ્ફળ જનાર તરીકે જોવાય છે ? તમારાં જીવનમાં મામૂલીપણા માટે કોઈ સ્થાન ન હોવું જોઈએ અને તમે આધાર મૂકી શકાય તેવા અને વિશ્વાસ પાત્ર હોવ તે અતિ આવશ્યક છે.

8.8

તમારા ઉત્સાહને છૂટો દોર આપો

ઉત્સાહ એ એક ખૂબ જ ચેપી, આકર્ષક અને અતિશય શક્તિશાળી બળ છે જેનો ઉપયોગ તમે સંબંધો બાંધવામાં અને નવા સંપર્કો બનાવવા માં કરી શકો. દેખીતી રીતે, જે લોકો સાથે માથું ફોડી ન શકાય તેવા હોય તેની સાથે સમય પસાર કરવા કરતાં જે વ્યક્તિઓ ખૂબ જ ઉર્જાવાન અને પ્રેરિત હોય તેમની સાથે વાતચિત કરવી તે વધુ આનંદદાયક છે.

જે વસ્તુ તમને કરવી ગમે છે તે વિશેની લાગણીને જો તમે દબાવશો તો તમે બેપરવા હોવાની છાપ કેળવવાનું જોખમ ઉઠાવો છો. તે બીજા લોકોના એવો અભિપ્રાય ઘડવામાં પરિણમશે જે તમારી ક્ષમતા, આવડત અને નિપુણતાને ન્યાય આપવામાં નિષ્ફળ જશે. ઉત્સાહ એટલે તમારી લાગણીઓને જીવંત બનાવવી. તે તમારા જુસ્સાનું પ્રગટીકરણ છે અને તમે જેના પર પ્રભાવ પાડવા માંગો છો તેમને તે વિશ્વાસપૂર્વક અને સ્પષ્ટપણે પહોંચાડાવો જોઈએ.

તમારા ઉત્સાહને સપાટી સુધી ઉપર આવવા દઈને તમે તમારા લક્ષ્યોની પ્રાપ્તિ ઝડપી કરી શકો. આવું છે કારણકે તમારા કાર્ય અથવા વ્યાવસાયિક જીવનનો એક ચોક્કસ મુદ્દો, વિષય

અથવા પાસાંનો તમારા માટે શું અર્થ છે તે તમે બીજા પાસે એકદમ સ્પષ્ટ કરશો. આ વસ્તુ તમે એટલા ઉત્તેજીત થઈને કરશો કે તમારી ઉર્જા ચેપી બનશે અને બીજા લોકોને તમને ટેકો આપવા ક્રિયાન્વીત કરશે. આ રીતે, ઉત્સાહ મજબૂત પ્રેરક સાધન બની શકે. તે મુલ્યો ઉમેરવા માટે તથા તમે જે તફાવત ઉભો કરી શકો છો તે દર્શાવવા માટે મહાન સાધન પણ બની શકે.

જોકે, તમારા પ્રેક્ષકોને સંતાપવાનું ટાળવા માટે ઉત્સાહ અને વધુ પડતા અત્યુત્સાહમાં આવી જવા વચ્ચે વિભેદન રેખા શોધવી જરૂરી છે. લોકોને તમારી દૃષ્ટિથી બીજે વાળવા તે તમે કરવા ઈચ્છો તે છેલ્લી વસ્તુ હશે. માટે તમે જેની સાથે કામ કરો છો તે પ્રેક્ષકોથી સાવધ રહો અને તેમનાં વ્યક્તિત્વોથી ખબરદાર રહો. જરૂર પડે, તમારી ઉત્સાહી વર્તણુકને તમારી અંગત અગ્રતાઓ સાથે મેળ ખાવા માટે અંકુશમાં રાખો.

ઉત્સાહનું જોમ તમારાં જીવન માટેની ઉત્કટ અભિરુચિ વિશે બીજા લોકોને સ્પષ્ટ ઈશારો આપે છે. તે બદલામાં કરીશ્મા - તમારી અંગત કેમેસ્ટ્રી - સર્જે છે જે તમારો સંદેશ પહોંચાડવામાં ખૂબ જ અસરકારક હોય છે.

"ઉત્સાહ એ **પ્રયાસ** ની માતા છે. અને તેના વગર ક્યારેય કોઈ જ **મહાન કાર્ય** સિધ્ધ થયું નથી."

– રાલ્ફ વાલ્ડો એમર્સન

તમારો જુસ્સો દર્શાવવો.

તમારા **જુસ્સા, પ્રેરણા** અને **જોડાણની** ખાતરી કરાવવા માટે બીજા લોકો સાથેના તમારા વ્યવહારમાં તમારા **ઉત્સાહને** તમે જોડી શકો. આવું તમે નીચેની રીતો વડે કરી શકો :

- તમારા અવાજને સ્પષ્ટપણે દર્શાવીને અને તમારા વિચારોને સંક્ષેપમાં વ્યક્ત કરીને.
- તમને કેવું લાગે છે તે દર્શાવવા ખૂલ્લી બોડી લેંગ્વેજ અને હાવભાવનો ઉપયોગ કરીને - ઉલ્લાસિત બનો.
- અભિપ્રાયો ધરાવવા, પરંતુ દુરાગ્રહી બનીને નહીં. ઘમંડી અથવા સરમુખત્યાર તરીકે જોવાવાનું ટાળો.

- મુખ્ય મુદ્દાઓને જીવંત બનાવવા માટે દૃશ્ય સહાય અને આધારોનો ઉપયોગ કરીને.

"ઉત્સાહ એ **પ્રેરણા, ચાલકબળ** અને જરાક **રચનાત્મકતા** સાથેની **ઉત્તેજના છે** ."

- બો બેનેટ

8.9

સક્રિયપણે સાંભળવું

બીજા લોકોને જે કહેવાનું છે તેના પર યોગ્ય ધ્યાન આપવું તે એક સૌથી મહત્વની આવડત છે જે તમારે જીવનમાં પ્રાપ્ત કરવી જરૂરી છે. સક્રિયપણે સાંભળવાંની તમારી અંગત અને વ્યાવસાયિક જીંદગી પર ગહન અસર પડશે.

બીજા લોકોએ જે માહિતી આપવાની છે તેને પચાવવાનો જાગૃત પ્રયાસ કરીને તમે ઉપયોગી માહિતીઓ મેળવો છો જેના પર અંગત પ્રગતિને ટેકો આપવા માટેના નિર્ણયો અને જ્ઞાનનો પાયો મૂકી શકાય. એટલે કે તકો ખૂબ જ સ્પષ્ટતા સાથે તેમને પોતાને રજુ કરે છે. શ્રવણ લોકો પાસે એ પણ પ્રદર્શિત કરે છે કે તેમની દૃષ્ટિઓ અને લાગણીઓ વિશે તમે કાળજી લો છો અને તેની કદર કરો છો - પરસ્પર આદર પર આધારિત સંબંધ ઘડવા માટેનો અતિઆવશ્યક ઘટક.

એક એવું વાતાવરણ અને વસ્તુ સ્થિતિ સર્જવી કે જે તમને શાંત પરાવર્તનનો સમયગાળો આપે અને જેની તમારી સભાનતાના સ્તરને ઉપર લઈ જનાર અસર હોય, જે તમને વધુ અસરકારક શ્રોતા બનવામાં મદદ કરે, એટલે કે તમારી આસપાસના કોલાહલમાંથી તમારાં મગજને સ્પષ્ટ કરવા માટે એક ડગલું પાછા હટવા માટે નિયમિત વિરામ માટે સમય કાઢવો.

તમારાં મગજને તાજું કરીને, તમે તમારી આસપાસ જે બની રહ્યું હોય તેને શોષવા માટે વધુ અવકાશ સર્જો છો. તમારું મગજ માહિતીઓને સ્વીકારનાર બની જાય છે જેના ઉપર તમે વધુ અસરકારક રીતે કામ કરી શકો.

આ સાંભળવાનું વલણ તમને એવા જવાબો ઘડવામાં મદદ કરે છે જે ગોફણમાંથી છૂટેલા પ્રશ્નોનો નિકાલ કરે છે - તમે તમારી વિચારસરણીમાં વધુ જાગૃત થઈ જાવ છો. એ હકીકત કે તમે બધું જ અંદર ઉતારો છો અને તમારા જવાબોમાં તેનું ચણતર કરો છો તે તમને તમારા શ્રોતાઓ સાથે વધુ સંકળાયેલા બનાવે છે. સક્રિય શ્રવણ તમને એ તકો ઉપાડી લેવા દે છે જે મગજના કોલાહલને પરિણામે તમે ચૂકી ગયા હોત. માટે તમારી આંખો અને કાન બન્ને વડે સાંભળો.

ધ્યાન આપવું.

શ્રવણ ની કળા બીજા બોલે છે તે શબ્દોને માત્ર પકડવા કરતાં ઘણી વધારે ઉંડાણમાં પડેલી છે. તેમાં **જાગૃતિ** ની ઉચ્ચ અવસ્થાનો સમાવેશ થાય છે - જે નીચેની બાબતો ધ્યાનમાં લે છે :

- શું કહેવાઈ રહ્યું છે અને શા માટે તે સાંભળવું - મુકાયેલ મુદ્દો અને તેની પાછળનો હેતુ.
- જે કહેવાયું છે તેના સાચા અર્થ પર પતિક્રિયા આપીને નિર્ણયથી અલગ પાડવાની જરૂર
- શબ્દોને સાથ આપતી ભાવભંગી - શું તે સુસંગત છે ?
- કરાયેલા વિવિધ મુદ્દાઓને આત્મસાત કરીને પ્રત્યાઘાત એકત્રિત કરવા.
- અર્થપૂર્ણ જવાબ સાથે પ્રત્યાઘાત આપવો.

"જ્યારે લોકો વાત કરે ત્યારે સંપૂર્ણપણે **સાંભળો** . મોટાભાગના લોકો ક્યારેય સાંભળતા નથી."

– અર્નેસ્ટ હેમીંગ્વે

સાંભળવાનાં આ સાદાં પગલાંઓ તમને સૂઝબૂઝ અને મુલ્ય સાથે અસરકારક રીતે **પ્રત્યાઘાત** આપવા દે છે. સભાન શ્રવણ **વ્યાવસાયિકતા** પ્રદર્શિત કરે છે. તે તમારી પ્રતિષ્ઠા આગળ વધારે છે અને તમારી નિર્ણય લેવાની ગુણવત્તા સુધારે છે.

"તમારા શ્રોતાઓ **સાંભળવાનું પૂરું** કરે તે પહેલાં **તમે બોલવાનું** પૂરું કરો છો તેની ખાતરી કરો."

– ડોરોથી સાર્નોફ

8.10

સંબંધો ચાવી છે

તમારા સહકર્મીઓ, હિસ્સેદારો, ભાગીદારો તથા ગ્રાહકો સાથે મજબૂત સંબંધો બાંધવા તે તમારા તેમની સાથેના કરારનાં સ્તરને ઉપર ચડાવશે અને તે તમારાં લક્ષ્યો સિધ્ધ કરવામાં મહત્વનો ભાગ ભજવી શકે છે. સંવાદી ભાગીદારી સર્જવી તે પણ અતિશય સંતોષપ્રદ છે, કારણ કે તે તમારાં જીવન અને કાર્યને વળતર આપનાર અને આનંદમય બન્ને બનાવી શકે છે.

મહાન સંબંધો રાતોરાત બનતા નથી, તેઓ સમયોપરાંત પ્રગતિ કરે છે અને વૃધ્ધિ પામે છે. જેમ જેમ બન્ને પક્ષો એકબીજાની વધુ નજીક આવતા જાય તેમ તમે સંબંધોમાંથી વધારે મેળવો છો. તમારા હિસ્સેદારો સાથે ટકાઉ ભાગીદારી અને જોડાણો ત્રણ તબક્કામાંથી પસાર થાય છે :

બીજ - સંબંધોના પ્રારંભમાં એક બીજાને ઓળખતા થવાનો સમાવેશ થાય છે. મૂળભુત વસ્તુઓ યોગ્ય રીતે કરો અને એવી નાની વસ્તુઓ કરો જે પાયાનો વિશ્વાસ સ્થાપિત કરે. ઉદાહરણ તરીકે એક નવા ગ્રાહક સાથે એક ઓર્ડર સુરક્ષિત કરવો. તેનો અર્થ છે કે તમે સમયસર સુપરત કરો અને ઉત્કૃષ્ટ હોય તેવી સેવા પૂરી પાડવી. જો તમે હમણાં જ નવી નોકરી લીધી હોય તો નિયમિત, આતુર અને ઉત્સાહિત બનો. સામેલ થવાની ઈચ્છા દર્શાવો અને ચીપકી રહો.

પોષણ - વધુ મોટાં જોખમો લઈને સંબંધો વિસ્તારો. ઉદાહરણ તરીકે, તમારા નવા ગ્રાહક પાસે નવાં ઉત્પાદનો અને સેવાઓનો પરિચય કરાવો. નવી નોકરીમાં ગોઠવાઈ જાવ ત્યારે વધુ જવાબદારી લો અને સક્રિય રહો કારણ કે તે પહેલ દર્શાવે છે. તમે શીખવા અને વિકાસને સમર્પિત છો તેવું પ્રદર્શિત કરો. તમે ગોઠવેલા હેતુઓ સિધ્ધ કરો.

ફૂલવું - ફાલવું - આગળના તબક્કાઓ દ્વારા સર્જાયેલ શુભેચ્છા બનાવો. એવી પ્રવૃત્તિઓ માટે સમય કાઢીને, જે સામાન્ય કામકાજના દિવસને લાંબો બનાવે, તમારા સંબંધોને આગળના સ્તરે લઈ જાવ. વ્યાવસાયિક વર્તણુકનાં ચોકઠા અને પરિમિતીની અંદર રહીને અંગત સમયનું આદાન-પ્રદાન કરો. તમારી કામગીરી અને ઉત્કૃષ્ટતાનું સ્તર ઉચું લાવો - અનપેક્ષિત વસ્તુ આપો.

સંબંધો કેળવવા માટે સમય જોઈએ છે, આથી તેમને ઝડપથી બાંધવા માટે દબાણ કરવાનો પ્રયાસ ન કરો. તેમણે સ્વાભાવિક માર્ગ લેવો જોઈએ અને કોઈને વિશે અગાઉથી ધારી ન લેવું કારણ કે તે અવળું પડવાનું જ છે !

સહિયારા લાભો

સંબંધોને બન્ને પક્ષો માટે કાર્ય કરતા કરવા માટે થોડા સાદા નિયમો લાગુ કરો :

- **વીન-વીન** માનસિકતા શરૂ કરો. દરેક પક્ષ સમાન માપમાં ફાયદો મેળવવો જોઈએ.
- 'ના' કરતાં 'હા'ની સંખ્યા વધારો - એક બીજાની દૃષ્ટિઓને અનુરૂપ થવાનું ધ્યેય રાખો.
- ધૈર્ય - હંમેશા આયોજન મુજબ બધું નહીં થાય, માટે તમારે **સહનશીલ** હોવું જોઈએ.
- તૈયાર રહો - જો કોઈ મુદ્દો ઉભો થાય તો તેને ટેબલ પર લાવો.
- **આદર** દર્શાવો

"**વીન-વીન** વિચારવું : ખૂબ જ સફળ માણસોની આદત."

– સ્ટીફન કોવે

મજબૂત અંગત અને વ્યાવસાયિક **સંબંધો બાંધવા** માટે સમય કાઢવો તે લોકો સાથે **જોડાવાની** સૌથી મજબૂત રીત છે કારણ કે તેમનું તમારામાં અંગત **રોકાણ** થશે.

“મહાન સંબંધો ‘ના’ કરતાં ‘હા’ની **વધારે** સંખ્યા પર આધાર રાખે છે.”

– હાર્વર્ડ યુનિ. બીઝનેસ રીવ્યુ

અનુરોધ , અદ્વિતીયતા,
અંતર્જ્ઞાન, **વિશ્વસનીયતા** ,
ફાયદાઓ, જબરદસ્ત,
સર્જનાત્મક આત્મા ,
ટોળાંથી અલગ પડવું.

અનુરોધ , અદ્વિતીયતા,
અંતર્જ્ઞાન, **વિશ્વસનીયતા** ,
ફાયદાઓ, જબરદસ્ત,
સર્જનાત્મક આત્મા ,
ટોળાંથી અલગ પડવું.

નવમું કદમ
અલગ બનો 9

તમે એક રોક સ્ટાર બનવા મથતા હોવ કે સફળ ઉદ્યોગપતિ બનવા, એવા બીજા લોકો હશે જ કે જેઓ સફળતા તરફનો આવો જ માર્ગ લેવા પ્રયત્ન કરતા હોય. આ લોકો તમારા પ્રેક્ષકોનું ધ્યાન ખેંચવા માટે તમારી સાથે સ્પર્ધામાં હોવાથી તેઓ તમારા દુશ્મનો છે. પરિણામ તરીકે, તેમના અનુરોધનું સ્તર તમે કેટલી ઝડપથી અને સફળતાપૂર્વક તમારું સ્વપ્ન પૂરું કરો છો તેના પર સીધી અસર કરશે.

જોકે, તમે ટોળાંથી કેવી રીતે અલગ પડી શકો તે સાવધાની પૂર્વક વિચારીને તમારા દુશ્મનો પર ચઢાઈ કરી શકો. વધુ તેજસ્વીતાપૂર્વક ચમકવું તે તમને સ્પર્ધાત્મક તીક્ષ્ણતા મેળવવા મદદ કરશે કારણ કે તમારા પ્રેક્ષકોમાં તમે વધુ દેખાશો અને વધુ લોકોને તમારા તરફ ખેંચશો.

આ બધું અલગ હોવાની હિંમત કરવા વિશે છે, અને, અલબત્ત, તે એક જોખમ સાથે આવે છે. તમે સુરક્ષિત રમી શકો અને તમે જે જાણો છો અને જે કામ કરે છે તેને વળગી રહી શકો, પરંતુ આમ કરવાથી કદાચ તમે ક્યારેય એ ઉંચાઈએ ન પહોંચી શકો જેને માટે તમે ઝંખો છો. પરંતુ જો તમે તમારું હળ હાંકવાનું નક્કી કરો, તો હંમેશાં એક તક છે કે તમે જે લોકોને આકર્ષવા માંગો છો તેમને બીજે વાળી શકો.

આ પ્રકરણ તીક્ષ્ણતા મેળવવા માટે નવસર્જક હોવું અને તફાવતના મુખ્ય મુદ્દા માટે મથવું શા માટે મહત્વનું છે તે સમજાવે છે તે એવી રીત પણ ગોઠવી આપે છે જેથી તમે ઓછામાં ઓછા જોખમ સાથે આ પ્રાપ્ત કરી શકો અને એવી માનસિકતા વિકસાવી શકો જે સતત નવા વિચારો પર જઈ શકે.

9.1

સર્જનાત્મક વિચારણા

તમારા સમુદાય અથવા વ્યાપાર સ્થાનમાં અલગ દેખાવા માટે અને તમારી જાતને સ્પર્ધાત્મક ધાર આપવા માટે, સૌ પ્રથમ તો તમારે તમે તમને પોતાને કેવી રીતે અલગ પાડી શકો તે વિશે સાવધાનીપૂર્વક અને સર્જનાત્મક રીતે વિચારવાની જરૂર છે. તમારે એવી માનસિકતા સર્જવી

જરૂરી છે કે જે મૌલિક અને નવસર્જનાત્મક વિચારણા આપે. જરૂરી પ્રેરણા ઉત્પાદિત કરવા માટે તમારે તમારી જાતને માનસિક રીતે તૈયાર કરવી જરૂરી છે. પ્રેરણા અને નવસર્જનાત્મક વિચારોના સામાન્ય ઝબકારાઓને બદલે, તમારે તમારી જાતને શિસ્તબધ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન કરવાની અને તમારાં મગજને નિયમિત ધોરણે તેમને પકડી પાડવાની તાલીમ આપવાની જરૂર છે. એટલે કે તમારા સમયપત્રકમાં યોગ્ય વાતાવરણ સર્જવા માટેનો સમય બાજુએ રાખવો જે સર્જનાત્મક વિચારોને સંચાલનક્ષમ હોય.

સૌ પ્રથમ, તમારે તમારા વ્યસ્ત જીવનમાં શાંતિ લેવાની જરૂર છે. જ્યારે તમે વ્યગ્ર અથવા તણાવગ્રસ્ત હોવ અથવા જો તમારું મગજ બીજી વસ્તુઓના કોલાહલથી ભરેલું હોય તો પ્રેરણાત્મક વિચારો પોતાને રજુ કરે તેની શક્યતા નથી. બીનહસ્તક્ષેપિત વિચારો માટે તમારે તમારા સમયનો એક ભાગ ફાળવવો જોઈએ - આદર્શ રીતે દિવસની ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ. તે તમે જે પડકારો તથા તકોનો સામનો કરો છો તેના સર્જનાત્મક ઉકેલો શોધવામાં તમને મદદ કરશે. મૌન પ્રતિક્રિયાઓ માટે સમય કાઢીને મહત્વના પ્રશ્નો પર વધુ સ્પષ્ટતાપૂર્વક ધ્યાન આપી શકશો, જેવા કે તમારી ઓફરને અલગ પાડવી અને તમારા પ્રેક્ષકોને અનુરોધ કરવા માટે તેમાં કેવી રીતે મુલ્યો ઉમેરી શકો.

તમારા “સર્જનાત્મક આત્મા” સાથે આ રીતે વધુ નિયમિતપણે અને અસરકારક રીતે જોડાવું તે તમારી સફળ થવાની તકો વધારશે. આ પ્રદેશમાં પહોંચીને, તમે વધુ અસરકારક રીતે તમારી સમસ્યાઓ ઉકેલશો, મુશ્કેલ પરિસ્થિતિઓને વધુ હેતુલક્ષી રીતે સંપર્ક કરશો અને કેવી રીતે આગળ વધવું તે વિશેના વધુ વિકલ્પો સાથે બહાર આવશો, જ્યારે તમે તમારાં મગજને મૌન કરશો અને તમારા અંદરના અવાજ સાથે સંવાદી થશો ત્યારે તમે વિચારોની સ્પષ્ટતા મેળવશો જે તમને તમારા સ્વપ્નની વધુ નજીક લઈ જાય તેવી પ્રેરણાત્મક કેન્દ્રિતતા અને માર્ગદર્શન આપે છે.

તમારા સર્જનાત્મક આત્માને મુક્ત કરવો

તમારી પાસે નિરવ મનન માટે સમય નથી તેવા બહાનાંનો ઉપયોગ ન કરો. ખૂબ જ વ્યસ્ત હોવાની વાત જવા દો અને તમારા સર્જનાત્મક આત્માને બોલવાની છૂટ આપો. અહીં કેટલાંક સાદાં પગલાં આપ્યાં છે જે તમે આ પ્રાપ્ત કરવા માટે લઈ શકો :

- તમારે ઉકેલ લાવવાનું જરૂરી છે તેવા પડકારો, તકો અથવા પ્રશ્નો લખી લો - સચોટ અને સ્પષ્ટ રહો
- આનું ત્રણ વખત પુનરાવર્તન કરો.

- તમારું શાંતિસ્થાન શોધો - ટેલીફોન, રેડીયો અથવા કોઈ પ્રકારનો અવાજ નહીં.
- પડકાર પર મનન કરવા માટે ધીમા શ્વાસોચ્છવાસનો ઉપયોગ કરો.
- ૧૫ મિનિટ માટે આ મુજબ કરો અને તે બેઠકને અંતે આવેલા કોઈપણ વિચારો લખી લો.

યોગ્ય ક્ષણે તમને જવાબ મળશે. અભ્યાસ કરવો **અતિ આવશ્યક છે** . તમે દૃઢ હોવા જોઈએ અને તમારે આ પ્રવૃત્તિને વચનબધ્ધ થવું જોઈએ. કોઈપણ એક દિવસમાં ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ ન કાઢી શકે તેટલું વ્યસ્ત નથી હોતું. **આયોજનની** આ એ ક્ષણો છે જે **મુક્તિનો જીવનકાળ** આપશે.

"હંમેશાં સાચા હોવા માટે **કોઈ વિચારો જ ન** હોવા તેના કરતાં **પૂરતા** વિચારો હોવા તે વધુ સારું છે કારણ કે તેમાંના કેટલાક **ખોટા** હોય છે."

– એડવર્ડ દે બોનો

9.2

તમારી અદ્વિતિયતા જાણવી

તમારું સ્વપ્ન ભલે ગમે તે હોય, જો તમે માત્ર "હું પણ" વાળા ખેલાડી બનવાને બદલે, તમારી જાતને બીજા લોકો કરતાં અલગ પાડી શકો તો તમે તમારું સ્વપ્ન સિધ્ધ કરશો. કારણ કે તે તમને તમારાં પોતાના અજોડ પ્રેક્ષકો નક્કી કરવામાં મદદ કરશે. તમારાં લક્ષ્ય સાધવામાં તમે મુખ્ય ભૂમિકા ભજવવાના હોવાથી, તમે તમારી ઓફરની મૌલિકતાને ધ્યાનમાં લો તે પહેલાં, તમારે તમે વ્યક્તિગત રીતે કેવી રીતે અલગ છો અને તમારી પાસે એવું શું છે જે બીજા પાસે નથી, તે વિશે સાવધાનીપૂર્વક વિચારવાની જરૂર છે.

દરેક વ્યક્તિ પાસે તેની અદ્વિતીય પ્રતિભાઓ અને બક્ષિસો હોય છે. જોકે, ઘણા લોકોને તેઓ શું છે તે પ્રદર્શિત કરવામાં અને વ્યક્ત કરવામાં ખૂબ જ મુશ્કેલી પડતી હોય છે. પરંતુ

આ એ ખનિજ છે જે તમને તફાવતના બધાં મહત્વનાં મુદ્દાઓ છે તે ઘડવામાં મદદ કરે છે. તમારા વિશે અથવા તમે જે આપો છો તેના વિશે શું વિશિષ્ટ છે તેનું આદાન-પ્રદાન કરવું તે ખાસ કરીને સ્પર્ધાત્મક પરિસ્થિતિમાં પ્રસ્તુત છે. ટોળાંથી અલગ ઉભા રહેવું તે સફળતા માટે કટોકટીભર્યું ચાલકબળ છે અને તમને એ લોકોનું વધુ ધ્યાન આકર્ષવામાં મદદ કરે છે જેઓ તમને તમારા ધ્યેય પૂરાં કરવામાં મદદ કરવા માટે આવશ્યક હશે. મોટેભાગે, તમારી વિશ્વસનીયતા તમારા અંગત અને વ્યાવસાયિક પ્રયોજનો સ્પષ્ટપણે નક્કી કરવાની તમારી અસમર્થતા વડે ઢંકાઈ જાય છે. કઈ વસ્તુ તમને અદ્વિતીય બનાવે છે તે સમજવા માટે તમારી માનસિકતાને ટેવ પાડવી જોઈએ. આ એ પ્રશ્ન છે જે તમારા જીવનનાં કોઈક બિંદુએ તમને પૂછાઈ શકે છે - અને તમારી સફળતા તમારા જવાબ પર આધાર રાખે છે ! તમારે એવો પ્રત્યાઘાત આપવો જરૂરી છે જે શક્તિશાળી, આકર્ષક અને આવેશભર્યો હોય. જ્યારે તમારી પાસે વિશ્વસનીયતાનું સ્પષ્ટ મુલ્યાંકન હોય, તો તે તમને તમારું લક્ષ્ય આગળ વધારવાનો અને જીવનમાં તમારાં ધ્યેયને પૂર્ણ કરવાનો વિશ્વાસ આપે છે.

તફાવત ઉભો કરવો.

“**અંગત** શક્તિ એ પગલું ભરવાની **ક્ષમતા** છે માટે તેનો ઉપયોગ કરો.”

– એન્થની રોબીન્સ

નીચેની બાબતોમાં શોધખોળ કરીને તમારા અજોડ પ્રયોજન વિધાનો શોધો :

- કઈ વસ્તુ **તમને અદ્વિતીય** બનાવે છે.
- તમારી અદ્વિતીય પ્રતિભાઓ કઈ છે.
- કઈ વસ્તુ **તમને વિશિષ્ટ** બનાવે છે.
- બીજા લોકોએ તમને શા માટે સાંભળવા જોઈએ
- કઈ **ખાસીયતોનું** બીજા મુલ્ય કરે છે.
- તમે પહેલાં પ્રાપ્ત કરેલી સફળતાઓ
- તમારી બીજા પર પડેલી **છાપ**

ઉપરની વસ્તુઓ પર તમારા પ્રત્યાઘાતો ૩૦૦ શબ્દોમાં ટૂંકમાં લખો. આ પ્રક્રિયામાંથી પસાર થતાં તમારા અંગત સ્પર્ધાત્મક ફાયદાઓ વિશે તમે વધુ સૂઝ- બુઝ પ્રાપ્ત કરશો. તમને કઈ વસ્તુ અલગ બનાવે છે તે એક વખત તમારા મનમાં બરાબર રીતે, સ્પષ્ટપણે નક્કી થઈ જાય, પછી તમે કેટલી વધારે સફળતાને આકર્ષી શકો છો તે વિશે તમને આશ્ચર્ય થશે.

“આ દુનિયા **કલ્પના** માટેનું **કેનવાસ** જ છે.”

– હેન્રી ડેવીડ થોરો

9.3

પ્રણાલિકાગત ડહાપણને પડકાર આપવો

તમારું સ્વપ્ન પૂરું કરવાનાં તમારાં ધ્યેયમાં તમારે અવરોધોનો સામનો કરવો પડવાનો છે જેને માટે કાં તો તમારે બીજો માર્ગ શોધવો અથવા તેમને જીતવા જરૂરી છે. કેટલીક વખત એવા ચોક્કસ નિયમો અથવા વિચારવાની રીતો હોઈ શકે જે તમને એવાં ચોક્કસ પગલાં લેતા અટકાવો જે તમારી સફળતા તરફની યાત્રાને ગતિ આપી શકે. આવા અવરોધો પ્રણાલિકાગત ડહાપણ વડે સર્જાયેલા હોઈ શકે - એક શબ્દ જેનો એવા વિચારોને વર્ણવવા અથવા સમજાવવા માટે ઉપયોગ થતો હોય જેને સામાન્ય રીતે જનતા વડે અથવા બે ક્ષેત્રના નિષ્ણાત વડે સાચા તરીકે સ્વીકારાયો હોય. જોકે, આ શબ્દ એવું પણ દર્શાવે છે કે ભલે તે વિચારો અથવા સમજણો બૃહદ રીતે વપરાય છે, છતાં વણચકાસાયેલ છે અને આથી, આગળની ચકાસણીઓમાં તેનું પુનઃ મુલ્યાંકન થઈ શકે છે.

આપણામાંના ઘણા આ ડહાપણમાં સ્થાપિત સિધ્ધાંતોનાં ચોકઠાંથી અંદર રહીને આપણા જીવનનું સંચાલન કરીએ છીએ અને જીવીએ છીએ. તેઓ આપણા અંગત જીવન, સંબંધો, કાર્ય અને વ્યાવસાયિક ઉન્નતિનું સંચાલન કરી શકે છે. આપણામાંના ઘણા માટે, તેઓ આપણે જે રીતે વિચારીએ છીએ અને વર્તન કરીએ છીએ તેના પર પ્રતિકાર ન થઈ શકે તેવો પ્રભાવ ધરાવી શકે છે. આ વસ્તુ વ્યક્તિઓ તથા સંસ્થાઓ બન્નેને લાગુ પડે છે. જોકે, તમારે એ સ્વીકારવું જોઈએ કે પ્રણાલિકાગત ડહાપણ તમારી વિચારણાને મર્યાદિત કરી શકે છે અને તમારી મહત્વાકાંક્ષાઓની આડે સરહદ દોરી શકે છે. તે તમારા ઈરાદાઓને ગેરમાર્ગે દોરી શકે

છે અને અમુક વસ્તુઓ શક્ય નથી તેવી અટકળ બાંધી શકે છે, જ્યારે વાસ્તવમાં તે શક્ય હોય છે.

માટે, જ્યારે રૂઢીગત ડહાપણ તમારો માર્ગ રૂંધે ત્યારે તમે એ ધ્યેય સાથે તેને પ્રશ્ન કરવાથી ન ડરો કે શું તે સાચું ડહાપણ છે કે પછી વસ્તુઓ કેવી રીતે કરાય છે અથવા થાય છે તેના વિશેના માત્ર હઠાગ્રહી અભિપ્રાયો છે. આ પ્રકારનાં ડહાપણ ને તમે દાર્શનિક કિંમત તરીકે ન લો તે અતિઆવશ્યક છે, જો તમે તેમ કરો છો, તો પછી તે સાચા છે કે ખોટા તે શોધવાનું તમે ચૂકી જઈ શકો છો. તે તમને તમારા સ્વપ્નો પૂરાં કરવાની પ્રવૃત્તિ ધીમા પાડી શકે છે. એ સાબિત કરવું કે રૂઢિગત ડહાપણ સાચું જ હોય તે જરૂરી નથી તે વસ્તુ એ અવરોધને હટાવી શકે છે જે બીજા બધાએ જીતવા જ પડે છે અને આથી તમારી સ્પર્ધા માટે તમને પોતાને એક તિક્ષ્ણતા આપો.

"તમારે **અશક્ય માં માનવું** જ પડશે."

– હોવાર્ડ હેડ

નિષ્ણાતોને પ્રશ્ન પૂછો.

જો જરૂર પડે તો સફળ અને મહત્વાકાંક્ષી વ્યક્તિઓ, તેમના સંજોગો ને આવરી લે તેવાં રૂઢીગત **ડહાપણને પડકારે** છે. એક સ્વપ્નને આગળ વધારવાની અથવા જેને પોષવામાં નથી આવતી તેવી જરૂરીયાતને સંતોષવાની સળગતી આકાંક્ષા આપણને એક **પૂર્વકલ્પિત** તર્ક કે જેને **ડહાપણ** તરીકેનો બુરખો પહેરાવાયો છે, તેને **પડકારવા** તરફ દોરી જશે.

નિષ્ણાતોના શબ્દોને દૈવી ઉત્તર હોય તેમ ન લો. જ્યારે તેમનાં ડહાપણનું **મુલ્ય** હોઈ શકે અને એક ભૂમિકા પણ હોઈ શકે, પરંતુ તેનો અર્થ એવો નથી કે તે આપોઆપ જ સાચા માની લેવાય અને તેમનો શબ્દ જ અંતિમ છે. તમારાં **અંતર્જ્ઞાન** ને સાંભળો. તમને જે કહેવાયું છે તે **સાચું** દેખાય છે કે નહીં તે તમારી જાતને પૂછો. જો તેમ ન લાગે તો પ્રશ્ન પૂછવાથી ડરો નહીં અને તમારા સંશય માટે જવાબ શોધો.

આપણે આપણી **સર્જનાત્મક ઉર્જા** અને નવા વિચારોને જાણકાર તરીકે ધારી લીધેલા લોકો વડે ખોટી દિશામાં લઈ જવાવાનું જોખમ ઉઠાવી શકીએ. પડકારજનક દૃષ્ટિઓ વિશે બે વખત ન વિચારો. **નવી પહેલ** કરવીનો અર્થ ઘણીવાર "નવું ડહાપણ સર્જવું" થાય છે.

"સમા પ્રવાહે તરો, જે તમારા તરફ **ધ્યાન ખેંચશે."**

– ટીમ વોટરસ્ટોન

9.4

તમારા અંતર્જ્ઞાનનો ઉપયોગ કરવો

તમારી પરિપૂર્ણતા તરફની યાત્રામાં તમારે કેટલાક કટોકટીભર્યા નિર્ણયો કરવા પડશે. દરેક કિસ્સામાં તમે જે માર્ગ પસંદ કરશો તેના પર તમારી સફળતાના મોટો આધાર રહેશે. જોકે, ઘણા કિસ્સાઓમાં બે કરતાં વધુ પરિણામો હોય તેવું બની શકે અને કેટલીક વખત બીજા બધા વડે દેખીતો અથવા સૌથી સરળ માર્ગ પણ લઈ શકાય. તેનો અર્થ છે કે તમારાં સ્વપ્નને પૂરાં કરવાની દોડમાં તે તમને જરાય આગળ લઈ જાય તેવી શક્યતા નથી, ખાસ કરીને તમારા સ્પર્ધકોના સંબંધમાં. પરિણામે, તમે જેને સૌથી લોકપ્રિય અથવા સૌથી સુરક્ષિત વિચારતા હોવ તેવો નિર્ણય લેવાને બદલે, તમે તમારે માટે શ્રેષ્ઠ નિર્ણય લો તેની ખાતરી કરવા માટે વધુ ઉંડાણપૂર્વક વિચારવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

આમ કરવા માટે તમારે તમારા અજોડ અનુભવો અને જ્ઞાનનાં દ્વાર પર ટકોરા મારવા જોઈએ કારણ કે આ અંતઃ સ્ફૂરણા છે જે તમને નિર્ણય લેવાની પ્રક્રિયામાં ધાર આપી શકે. જ્યારે તમારી તમારા પોતાનામાં માન્યતા હોય અને જીવન પાસેથી તમે બરાબર શું ઈચ્છો છો તે તમે જાણતા હોવ ત્યારે તમારી અંતઃસ્ફૂરણાની અસરકારકતા અને ફાયદાઓ મહત્તમ બનશે. સફળ માણસો ઘણીવાર તેમના મહત્વના નિર્ણયો લેવા વિશે તેમની "ગટ ફીલીંગ" વિશે વાત કરે છે. જોકે આ માત્ર ત્યારે જ સજ્જ થાય છે જ્યારે બધા જ બુધ્ધિશાળી વિચારોને કામે લગાડાય અને જ્યારે એક અંતિમ નિર્ણય લેવાનો જ હોય.

જ્યારે તમે સાચા પ્રશ્નો પૂછ્યા હશે ત્યારે તમે શ્રેષ્ઠ નિર્ણયો લેશો. સાચી માહિતી વડે સુસજ્જ થયા વગર તમે શ્રેષ્ઠ નિર્ણયો લઈ શકો નહીં. તમારી અંતઃ સ્ફૂરણા પર સાવેસાવ આધાર રાખવો અને એકમાત્ર તમારા અંતરના અવાજને સાંભળવો તે ભયજનક બની શકે. માટે તમારે સમજણપૂર્વકના અને અંતર્જ્ઞાનનાં બન્ને સ્તરો પર ઝીણવટપૂર્વક તપાસ કરવી જોઈએ. તમારે કોઈપણ મહત્વના નિર્ણયોમાં કરવું જોઈએ તેમ, કરી શકો તેટલા બધા જ બુધ્ધિપૂર્વકના પુરાવાઓ એકત્રિત કરીને અને પછી આગળની પ્રેરણા માટે તમારી

અંતઃસ્ફૂરણાને લાગુ કરવી તે જબરજસ્ત નિર્ણયો લેવાનો માર્ગ છે જે તમને મેદાનમાં આગળ અને તમારાં સ્વપ્નની નજીક લઈ જઈ શકે.

ત્રણ મુખ્ય પ્રશ્નો

બીજા મોટા નિર્ણય પહેલાં તમારી જાતને પૂછો :

૧. શું હકીકતો **તર્કસંગત** છે ? આને માટે તમારે પ્રશ્નમાં તમારી તે બાબત પરની બધી જ બુધ્ધિ એકત્રિત કરવી જરૂરી છે. આમાં તમે જેનો **વિશ્વાસ** કરો છો તે લોકો સાથે વાત કરવાનો અને વાંચવાનો પણ સમાવેશ થાય છે.

૨. શું તે **સાચું** લાગે છે ? આનો અર્થ છે કે નિર્ણય તમારાં અંગત મુલ્યો સાથે જોડાવો જોઈએ. જો તે યોગ્ય ન લાગે, તો તે કદાચ સાચો નથી જ.

૩. શું તે **સમુચિત** લાગે છે ? શું તે યોગ્ય રીતે પડઘો પાડે છે ? શું **નિર્ણયની** શાબ્દિક સ્પષ્ટતા યોગ્ય અને સામનો કરાય તેવી લાગે છે ? જો ફરી એકવાર શબ્દો યોગ્ય ન લાગે તો તે કદાચ યોગ્ય નથી જ.

આ ત્રણ પ્રશ્નો તમને તાર્કિક અને બુધ્ધિશાળી પ્રક્રિયાને અંતઃ સ્ફૂરણાને લગતી લાગણી સાથે શ્રેષ્ઠ રીતે ભેળવવામાં મદદ કરશે. તમારે ત્રણ પ્રશ્નોમાંના દરેકને આવરવા જોઈએ. આમ કરવામાં નિષ્ફળતા નિર્ણય લેવાની તક નીચી કરે છે.

“મને લાગે છે કે મારી અંદર બે લોકો છે – **હું અને મારું અંતર્જ્ઞાન** . જો હું તેનાથી વિરુધ્ધ જાઉં તો તે મને બધો વખત પજવશે, અને જો હું તેને અનુસરું તો અમે ખૂબ સરસ રીતે સાથે જશું.”

– કીમ બાસીન્ગર

9.5

સતર્ક રહેવું

તમારાં સ્વપ્નને અનુસરવામાં ખૂબ જ ખોવાઈ જવાનું સરળ છે કે જેથી તમે તમારી આસપાસની દુનિયા માટે સ્પષ્ટ બની જાવ છો. જોકે, તમારી આસપાસનાં વાતાવરણ તરફ અથવા તમારી આસપાસના લોકો તરફ તમારાં દ્વાર બંધ કરી દેવાથી તમે પ્રેરણાનો સંભવિત સ્ત્રોત બંધ કરી દો છો.

જ્યારે તમે તમારું મન ખૂલ્લું કરો છો અને તમારાં વાતાવરણના દ્વારે ટકોરા મારો છો ત્યારે નવી શક્યતાઓ રજુ થઈ શકે છે. દિવસ દરમ્યાન તમે કેટલા સજાગ હતા તે તમારી જાતને પૂછો. શું તમે માથું નીચું કરીને તમે જે કરો છો તેમાં એટલા બધા ડૂબી ગયા છો, જે વાસ્તવિક વિચારણા માટે કોઈ જગ્યા જ છોડતું નથી ? આપણી સર્જનાત્મક મૂડી સ્પર્ધાત્મક ફાયદાનો અંતિમ સ્ત્રોત બની શકે છે અને આપણને સફળતા તરફ ગતિ આપે છે - આ મોટેભાગે એ વસ્તુ હોય છે જે સારાં અને મહાન વચ્ચેનો ભેદ કરે છે. દુનિયા તરફ તમારાં મનને ખૂલ્લું કરવું તે તમારા સર્જનાત્મક આત્માને પોષવામાં મદદ કરે છે.

જ્યારે જબરજસ્ત વિચારની શોધમાં તમારા દિવસનો મોટોભાગ એક ચિંતનાત્મક અવસ્થામાં ગાળવોને અવ્યવહારુ છે, ત્યારે તમારે તમે ક્યાં છો અને તમે શું જોવો છો તેના વિશે વધુ જાગૃત થવાનું ધ્યેય રાખવું જોઈએ. આમાં તમારા મિત્રો, પરિવારજનો, જુથ, સહકર્મીઓ તથા સમાજની ચર્ચાઓ તથા આદાન-પ્રદાનમાં ભાગ લેવાનો સમાવેશ થઈ શકે. તમારા ટેકારૂપ જુથ સાથે વિચાર વિમર્શની બેઠકો યોજીને તમે આને વધુ અૌપચારિક બનાવી શકો. તમારે તમારા મુખ્ય વિષયનાં ક્ષેત્રમાં તથા સર્વસામાન્ય માધ્યમના સમાચારોની સંમુખતા જાળવવાની ખાતરી પણ રાખવી જોઈએ.

તમારે તમારાં મનને સજાગ રહેવાની જરૂરીયાતની યાદ અપાવતાં રહેવી જોઈએ. જ્યારે બે અથવા વધુ વસ્તુઓ કશુંક નવું ઉત્પાદિત કરવા માટે એકઠી મળે છે ત્યારે સર્જનાત્મકતા આવે છે. વધુ અવલોકનો કરીને અને તમારા એન્ટોનાને ચાલુ રાખીને તમે જે વિચારો પકડી લો છો તે તમારાં અર્ધજાગૃત મનમાં ગોઠવાઈ જાય છે. સમય આવ્યે, તમારું મગજ જે નથી જોડાયેલું તેને જોડવાનું શરૂ કરે છે અને તે અદ્‌ભૂત નવી શક્યતાઓ આપે છે જે તમને સફળતા તરફ છલાંગ મારવામાં મદદ કરી શકે. આ વિચારોનું મિશ્રણ તમને સમુહથી આગળ રહેવામાં મદદ કરે છે.

“**પૂષ્કળ** વિચારો મેળવવા, અને (તેમાંથી) ખરાબ વિચારોને **ફેંકી દેવા,** તે **સારા** વિચારો મેળવવાનો માર્ગ છે.”

– લીનસ પાઉલીંગ

આપણે નીચે મુજબ કરીને આપણી જાગૃતિને ઉપર લઈ જઈ શકીએ :

- મિત્રો, પરિવારજનો અને સહકર્મીઓને જે કહેવાનું હોય તે વધુ **સચોટતાપૂર્વક** સાંભળીને
- આપણાં ભૌતિક વાતાવરણની વધુ નજીકથી છણાવટ કરીને
- આપણે **જેના વિશે ઉંચો મત ધરાવીએ છીએ** તેવા લોકો વિશે વધુ જાગૃત થઈને
- વર્તમાન સંજોગો સાથે સંમુખ થઈને
- અગાઉથી ધારી લીધેલા વિચારોને જવા દઈને અને કોઈપણ **નિર્ણયને** અટકાવીને

"અહીં આસપાસ કોઈ **નિયમો** નથી. અમે કશુંક **સિધ્ધ** કરવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યા છીએ."

– થોમસ એડીસન

9.6

તાજા રહેવું

તમને રમતમાં આગળ રહેવામાં મદદ કરવા માટે તમારી સર્જનાત્મક અને નવસર્જક વિચારણા અને ક્રિયાઓને પોષણ આપવું, તે નિત્યક્રમનાં નબળાં પાડનાર અને પ્રેરણા હરી લેનાર છટકામાં ન ફસાવા માટે મહત્વનું છે. તમારાં સમયપત્રકને બદલતા રહેવું અને પ્રેરણા માટેના અલગ અલગ સ્ત્રોતો સતત શોધતા રહેવું તે તમારા વિચારોને તાજા અને જીવંત રાખશે, જેથી તમે બુધ્ધિના ચમકારા સર્જી શકો તેવું બને.

પૈડાં પર ચાલતા ઉંદરની જેમ, પુનરાવૃત્ત થતી વર્તણુકમાં પરોવાયેલા રહેવું તેનો અર્થ એવો થશે કે તમે જરૂર વગરનો પુષ્કળ પ્રયાસ કરનાર અને પરિણામે ક્યાંય ન પહોંચનાર તરીકે દેખાશો. તે એવી માનસિકતા આપશે જેમાં દૃષ્ટિ, કલ્પના અને સર્જનાત્મક આત્માનો અભાવ

હોય. જ્યારે તમે રોજે રોજ આ જ વસ્તુ કર્યા કરો તો તે સ્થાપિત નિત્યક્રમ બની જાય છે. મનની આ અવસ્થા નવી શક્યતાઓ માટે અવરોધ અને મનાઈ બન્ને કરે છે.

તમે જોશો કે તે જ જૂની સમસ્યાઓ સપાટી પર આવે છે અને વિચિત્ર રીતે તમે વિચારશો કે ફરી ફરીને એ જ વસ્તુ કર્યા કરવાથી પરિણામ જુદું આવશે. અલબત્ત, વાત આનાથી તદ્દન ઉલટી છે. એક જકડી લેનાર નિત્યક્રમમાં પડવાનું ટાળવા માટે, તમારે તમારી આદતો તમારા રોજીંદા સમયપત્રકમાં ગુંથાઈ જાય તે પહેલાં તેના વિશે સભાન થઈ જવું જોઈએ.

નિત્યક્રમનું પ્રગટીકરણ એ છે કે તમે એકધારાપણાની ભાવના અને તમે એક રૂઢિમાં ફસાઈ ગયા હોવાની લાગણી અનુભવો છો. નબળો આત્મવિશ્વાસ, ઉર્જાનું નીચું સ્તર અને હેતુ તથા દિશા ગુમાવવી તે આનું પરિણામ છે - જે બધાં જ તમારાં લક્ષ્યોની સફળ પ્રવૃત્તિને ગંભીરપણે ક્ષતિ પહોંચાડી શકે છે.

જો તમે પોતાને આવી પરિસ્થિતિમાં જોવો તો તમારે તમારા વિચારોને ફરી બાંધવાનાં પગલાં લેવા જોઈએ અને ઉત્તેજક બાબતો માટે સતત શોધ કરવા પર ભાર મૂકવો જોઈએ - એવી બાબતો જે આદતવશ વર્તણુકને છીન્નભીન્ન કરી નાખે, તમારા સર્જનાત્મક સ્નાયુઓને મજબૂત બનાવે અને વિચારોની તાજગી આપે.

“**એકની એક** વસ્તુ ફરી ફરીને કર્યા કરવી, અને છતાં અલગ પરિણામોની અપેક્ષા કરવી તે **ચિત્તભ્રમ** ની વ્યાખ્યા છે.”

– અજ્ઞાત

તમારી જાતને મુક્ત કરો

તાજી વિચારણાને બળ આપવા આ પાંચ સાદા અભ્યાસોનો પ્રયાસ કરી જુવો :

- **વૈકલ્પિક દૃષ્ટિ** - તમારા પડકારો તરફ **વિવિધ બાજુએથી** સતતપણે જોવો. તમારી જાતને પૂછો : “મારી આદર્શ વ્યક્તિ આ મુદ્દાને કેવી રીતે લેશે ?”
- **તમારી જાતને રોજીંદા નિત્યક્રમથી દૂર કરો** - મહિનાનો એક દિવસ કશુંક **સર્વથા અલગ** કરવામાં ગાળો.

- **પ્રકૃતિ સાથે જોડાવ** - ખૂલ્લી હવામાં સમય ગાળો અને ગામડાંઓનાં આશ્ચર્યોની પ્રશંસા કરો. તેને **નિયમિત કસરત** સાથે સાંકળો કારણ કે તે તમારા ઉર્જા સ્તરને ધક્કો પૂરો પાડે છે. તે તમને તમારી હયાતીનું મુલ્ય કરવામાં પણ મદદ કરે છે.
- **કોઈપણ પરિસ્થિતિનાં પરિણામ વિશે પૂર્વાનુમાન ન કરો** - માત્ર જોયા કરો અને તમારી જાતને ટીપ્પણીથી **અલિપ્ત** કરો. ન વિચારીને તમે તમારું મન ચોખ્ખું કરો છો.
- **નજર કરો** - તમારા સાથીદારો શું કરે છે તે જોવો અને તેમની સાથે **અનુભવોનું આદાન-પ્રદાન** કરો. જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં, બીજી સંસ્કૃતિઓ, ધર્મો, અને દુનિયાના પ્રદેશોના લોકો સાથે જોડાવ.

નિત્યક્રમથી દૂર થવું તે એક મુક્તિ આપનાર અનુભવ છે. તે આપણને ઉચ્ચ સ્તરે કામગીરી કરવા માટે ઉર્જાવાન કરે છે અને આપણને પ્રેરિત થયેલા રાખે છે .

9.7

તમારા વિચારોને જીવંત બનાવવા

નવા વિચારો અને ખ્યાલો વિશે વાત કરવી તે ખૂબ જ ઉત્તેજક છે. જોકે, તમે ઝળહળતા શબ્દોને રચનાત્મક ક્રિયાઓ સાથે ગુંચવો નહીં તો અતિ આવશ્યક છે. મોટેભાગે વિચારો પરની ચર્ચા વિચારણાઓને પુનઃ તપાસણી, આકારણી અને સંભાવનાનાં વિશ્લેષણ પર ખર્ચેલા વધુ પડતા સમયનો સાથ મળે છે. આ બધી બેઠકોની અંદરનો સર્વ સામાન્ય ભાજક છે - કોઈ પ્રગતિ નહીં.

જ્યારે વિચારોને બહુ લાંબા સમય માટે અવ્યક્ત સ્થિતિમાં છોડી દેવાય છે, ત્યારે તે એવા લોકો પાસેથી સંશયને આકર્ષશે જેમને ટેકો તમારે તેમને આગળ લઈ જવા માટે જરૂરી છે. શબ્દાડંબર એક દેખીતો ભય બની જાય છે, કારણ કે વિચારને વાસ્તવિકતા બનાવવા તરફ બહુ ઓછી પ્રગતિ થાય છે ત્યારે વિચારો સ્થગિત થઈ જાય છે અને તમે તમારી વિશ્વસનીયતા સામે પડકાર ઉભો થવાનું જોખમ ખેડો છો. આ ઘટનાઓ ચોક્કસપણે તમારા સાથીઓ, જુથો, સહકર્મીઓ અને સમાજ તરફથી વક્રદર્શી ટીપ્પણીઓને આકર્ષશે.

વધુમાં, જ્યારે લોઢું ગરમ હોય ત્યારે ઘા ન કરવો તે તમારો ખ્યાલ બીજા કોઈ વડે તક ઉપાડી લેવામાં પરિણમી શકે છે. વૈકલ્પિક રીતે, છેવટે તમે તમારા વિચારોની સાબિતી રજુ કરો ત્યાં સુધીમાં, બીજા કોઈએ કશુંક તેને સમાન જ બહાર પાડી પણ દીધું હોય, અને તમે જોશો કે તમે પાછળ પડી ગયા છો અને તમારો સ્પર્ધાત્મક ફાયદો ગુમાવ્યો છે.

જ્યારે વિચારોનો મજબુત પાયો છે તેવું ચકાસી લેવાય ત્યારે સંબંધિત હિસ્સેદારો પાસે તે ખ્યાલમાં પ્રાણ પૂરવો તે અતિ આવશ્યક છે. જેને તમે તમારી તરફ ઈચ્છો છો તેમની પાસેથી “ખરીદી” ઉભી કરવાનાં હિતમાં તમારે તમારાં વિચારોને એક તાકીદની બાબતની જેમ પાર્થિવ અને વાસ્તવિક બનાવવા જોઈએ - દુર્ભાગ્યે ઘણીવાર શબ્દો જ પૂરતા નથી હોતા.

તમારા નવા વિચારોના ફાયદાઓ અને પાસાંઓ વિશે લોકોને વાત ગળે ઉતારવા માટે, તમે તમારા વિચારોને કેવી રીતે જીવંત બનાવી શકો તે ધ્યાનમાં લેવા માટે સમય કાઢો. જ્યારે તમે તમારા વિચારોને વાસ્તવિક બનાવી દો ત્યારે તેમને અપનાવી લેવાય તેવી તક નોંધપાત્ર રીતે વધી જાય છે.

“**કલ્પનાચિત્ર** સાથેની રમત રમ્યા વગર હજી સુધી કોઈ સર્જનાત્મક કાર્યનો જન્મ થયો નથી. **કલ્પના** ની રમત તરફનું આપણું ઋણ અગણિત છે.”

– કાર્લ જુંગ

જીવંત સાબિતી

નવા વિચારો વેંચવા તેનો અર્થ છે કે તમારે તેમનામાં હોય તેવી સંભવિત અસરના પુરાવાઓ આપવાનું ધ્યેય રાખવું જોઈએ. આ મેળવવા માટે તમે આ પ્રયાસો કરી શકો.

- એક અગાઉનો કાર્યક્રમ વિચારવો
- એક નમુનો અથવા નકલ ઘડવી
- એક ચિત્ર અથવા નાનો વિડીયો બનાવવો.
- એક પ્રદર્શન - રજુઆત ગોઠવવી.

બીજા લોકોને તમારા વિચારોમાં સામેલ કરવાના તમારા હવે પછીનાં ધ્યેયમાં, તમારા ખ્યાલોના કોઈક પ્રકારના **નજરે પડે તેવી રજુઆત** તરફ ઝડપથી જવાનું યાદ રાખો.

"કેટલીક વખત શબ્દો પૂરતા નથી થતા - આપણે આપણા **વિચારોને જીવંત** કરવા પડે છે."

– સ્ટીકી વીઝડમ (વાસ્તવિકતા)

9.8

ડરનાં પાસાંને જીતવું

નવા વિચારો, જે તમને એક તિક્ષ્ણતા - ધાર - આપી શકે, તેમને વિકસાવવા અને તેનો અમલ કરવો તેનો ઘણીવાર એવો અર્થ થાય છે કે તમારે અણજાણમાં પગલું ભરવું. તમારા નવસર્જનવાળા વિચારો સાથે આગળ વધવામાં તમે તે ખોટું પડવાનું જોખમ ઉઠાવો છો. તમારો વિચાર કામ નહીં કરે તેનો ડર, એ એટલું શક્તિશાળી બળ બની શકે, જે તમને તમારી સાચી શક્તિ પ્રાપ્ત કરવામાં પાછા પાડી શકે અને છેવટે તમારી સફળતાની યાત્રામાંથી તમને માર્ગચ્યુત કરી શકે.

એવા ઘટકોની વિશાળ શ્રેણી છે જે અંધારામાં સર્જનાત્મક છલાંગ લગાવવાના ડરને બળ આપી શકે અને તમારા નવા વિચારોની પ્રગતિને અટકાવી શકે. આમાં પૈસા ગુમાવવા, અસ્વીકાર અને ઉતારી પડાવાનો સમાવેશ થાય છે. પરિણામે, ઘણા મહાન વિચારો માત્ર ચિત્રનાં પાટીયાં પર જ રહે છે અને લોકોને એવું કશુંક સર્જતા અટકાવે છે જે સંભવિત રીતે ક્રાંતિકારી, જબરજસ્ત અને પ્રેરણાત્મક હોઈ શકે.

પારંપારિક સંસ્થાકીય સંસ્કૃતિ પણ સર્જનાત્મકતાનાં વાતાવરણને અપનાવવામાં અથવા આગળ વધારવામાં નિષ્ફળ જાય છે. તેમની સડેલી વર્તણુક અને જૂના જમાનાની વિચારસરણી ફરમાવે છે કે યથાવત્ સ્થિતિ ઘણી વધારે સુરક્ષિત છે. આ વસ્તુ લોકોને તેમના સ્થાન સાથે તડજોડ કરવામાં અનિચ્છુક બનાવે છે. કારણ કે નિષ્ફળતાનું જોખમ તેમની ભાવિ આશાને જોખમમાં નાખે છે. દુર્ભાગ્યે, આ અવરોધો લોકોને તેમની શક્તિઓ છૂટી ન કરી શકવાની અપરિપૂર્ણતા અને હતાશાની લાગણીમાં છોડે છે.

તમારા પસંદ કરેલા કામધંધા અથવા વ્યવસાયમાં ઉત્કૃષ્ઠ નિવડવું એનો અર્થ થાય છે કે તમારે વીરતા અને હિંમતનો જુસ્સો અપનાવવો પડશે. નવા વિચારોનાં સફળ અમલીકરણનો અર્થ થાય છે કે તમારે વિકલ્પો શોધવા અને લાગુ કરી જોવા પડશે, જેમાંના કેટલાક કામ ન પણ આવે.

કોઈ પણ મહત્વાકાંક્ષી, લક્ષ્યલક્ષી વ્યક્તિ માટે જોખમને ગળે લગાડવું તે એક મૂળભુત વર્તણુક બની જાય છે.

"જો.... તો જ" વાળા ન બનો -

તમારી જાતને ક્રિયામાં ઢાળવાની હિંમત મેળવવા માટે, માત્ર તમારી જાતને પૂછો : "મારા વિચારો મુજબ આગળ ન વધી શકવા સાથે કયા પરિણામો સંકળાયેલાં છે ?" પછી, જો તમે તમારા જુસ્સા પર ખરેખર કેન્દ્રિત છો, તો એવું બનવાની શક્યતા છે કે તમારા વિચારોને ન અનુસરવાનાં અને તેના "જો.... તો જ" વાળા બની જવાનાં જોખમ, આવનારાં વર્ષોમાં તમારી મુલાકાત લેશે.

"માત્ર જ્યારે આપણે **ડરવાનું બંધ કરીએ છીએ** ત્યારે જ જીવવાનું શરૂ કરીએ છીએ."

– ડોરોથી થોમ્પસન

વીરતાની કળા

તમારા **સગવડના પ્રદેશ** માંથી બહાર પગલું ભરવું અને તમારી વર્તમાન લાયકાતો અથવા વસ્તુઓ કરવાની રીતની બહાર વિસ્તરવું. તેને માટે **બહાદુરી** ની ખરી ભાવનાની જરૂર પડે છે. વિચારવાની આ રીતને સ્વીકારવી અને તેને તમારાં લક્ષ્ય નક્કી કરવામાં ગોઠવવી તે તમારી સફળતાની તકોમાં વધારો કરશે. વીરતાની કળાનો અભ્યાસ કરવાથી, તમારાં લક્ષ્યો વધુ મોટાં થશે અને તમે વધુ સફળ થશો !

"તમે જે કરતાં **ડરો** છો તે કરવું એટલે **હિંમત.** જો તમે **ભયભીત** ન હોવ તો કોઈ હિંમત હોઈ શકે નહીં."

– એડી ટીકનબેકર

9.9

તમારા વિચારોને કામ કરતા કરવા

તમારા શત્રુ ઉપર તમને એક તિક્ષ્ણતા - ધાર - આપવાનો મહાન માર્ગ. નવસર્જીત વિચારો સાથે બહાર આવવું અને બની શકે તેટલી ઝડપથી તેને તમારા પ્રેક્ષકો સુધી પહોંચાડવા તે છે. ખોટા પડવાનો ભય તમને પાછા પાડી શકે છે, જેથી સફળતા હાથમાંથી નીકળી જાય છે. પરંતુ આ અવરોધકર્તામાંથી બહાર આવવાનો એક માર્ગ છે. અને તે છે તમારા વિચારો કામ કરવાના જ છે તે વિશે નિર્ભય બનવું.

તેવી જ રીતે, સફળ બનવા માટે, એક નવસર્જીત વિચાર સાથે આગળ આવવા માટે, તમે તમારા સર્જનાત્મક વિચારોને કેવી રીતે લાગુ કરવાના છો અને તેમને કેવી રીતે કાર્યાન્વીત કરવાના છો તેના પર પણ તેટલું જ ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. એટલે કે તમારે તમારા ખ્યાલની સફળતા માટે કટોકટીભર્યાં હોય તેવાં પાસાં પર સાવધાનીપૂર્વક વિચાર કરવાની જરૂર છે. જ્યારે વધુ પડતું વિશ્લેષણ નિષ્ક્રીયતા તરફ દોરી જાય છે ત્યારે વિચારોને એક સાદાં માળખાં સામે મુલ્યાંકન કરવું તે એક સારી ટેવ છે. તે તમને શક્ય પરિણામ પર નિર્ણય લેવા શક્તિમાન કરે છે, અને તે આગળ ધક્કો મારવા અને તમારો વિચાર વાસ્તવિકતા બને તે જોવા માટેનો આત્મવિશ્વાસ, શક્તિ અને હિંમત આપી શકે છે.

મોટેભાગે, સર્જનાત્મક વિચારો અને વ્યવહારુ વાસ્તવિકતા સાથે જવામાં નિષ્ફળ નીવડે છે. બન્ને વચ્ચે યોગ્ય સમતોલન મૂકવું તે તેની ચાવી છે, જેથી તમારો વિચાર સફળ થશે તેવું માનવા માટે તમને સારું કારણ મળે. જો તમે મહાન વિચારોનાં અમલીકરણમાં ગતિ ન લાવી શકો તો તે અર્થહીન છે : તમારા ખ્યાલોની વ્યવહારુતાની ઝડપથી આકારણી કરવાનો માર્ગ વિકસાવવો તે આમ કરવાનો એક સારો માર્ગ છે. ત્યારે તે તમને તેમને આગળ વધારવાનું ચાલક બળ આપે છે.

તમારી જીતવાની તક વધારો

એક સાદું સમીકરણ તમને તમારા સર્જનાત્મક વિચારો અને જીત લાવનાર પરિણામની શક્યતા અંદાજવા તરફ નજર કરવા દેશે :

ક્રિયાન્વિત થયેલ સફળ વિચાર

=

સમજશક્તિની કસોટી X કોણ કરે છે X સ્ત્રોતો

- **સમજશક્તિની કસોટી** - વિચારે સમજશક્તિની કસોટીમાં ઉત્તીર્ણ થવું પડે. એટલે કે તે વિચાર કઈ સમસ્યાનો ઉકેલ લાવે છે, **તકની** માપપટ્ટી, કોને **ફાયદો** મળશે અને **શા માટે,** તેના વિશે સ્પષ્ટ હોવું. તમારે એ પણ સ્થાપિત કરવું જરૂરી છે કે, કઈ વર્તમાન અથવા પૂર્વેની **જરૂરીયાતો** સંતોષાશે, નવા વિચારો ક્યાં મુલ્યો લાવશે, તે લોકોનાં જીવન કેવી રીતે **સુધારશે** અને નાણાંકીય વચનબધ્ધતા અને સંકળાયેલ જોખમો ક્યાં છે.
- **કોણ કરે છે** - એક શૂરવીર વગર સફળ અમલીકરણ પડકારજનક હશે. આથી તેને **આગળ** લઈ જવા માટે કોણ આગેવાની લેવાનું છે ? શું પૂરક આવડતોની જરૂર છે ? શું તેને સફળ બનાવવા માટે તમારી પાસે યોગ્ય **ટીમ** છે ? વિચારને આગળ લઈ જવા માટે આપણે ટીમનાં ક્યાં અંતરો પૂરવાં જરૂરી છે ?
- **સ્ત્રોતો** - વિચારોનાં અમલીકરણ માટે **સ્ત્રોતોની** યોગ્ય ફાળવણી થવી જરૂરી છે. લોકો અને નાણાં ઉપરાંત કયા સ્ત્રોત જરૂરી છે ? શું તમારે વધારે **તજજ્ઞતાની** જરૂર છે ? કઈ વધારાની સંરચનાની જરૂર છે, જેવી કે ઈમારત અને વિશિષ્ટ ઉપકરણો ?
- જ્યારે બીજી વખત તમે એક વિચારને આગળ વધારવા માંગતા હોવ ત્યારે આ ત્રણેય ક્ષેત્રમાંના દરેકને એક થી દસ સુધીના ગુણ આપવાની પધ્ધતિ લાગુ કરો. જો તમે કોઈપણ એક ક્ષેત્રમાં નીચા ગુણ મેળવો તો તમે તેના વિશે શું કરી શકો તે તમારી જાતને પૂછો.

9.10

તમારી જાતને નોંધપાત્ર બનાવવી

સફળતાનો અર્થ અનિવાર્યપણે એવો થાય છે કે વ્યક્તિઓ અને સંસ્થાઓએ જ્યાં ભયાનક સ્પર્ધા છે તેવાં વાતાવરણમાં પગદંડો જમાવવા માટે સખત મહેનત કરવી જોઈએ. ઉદાહરણ તરીકે, એક આબરૂદાર નિયોક્તા સાથે નોકરી માટે ઈન્ટરવ્યુ મેળવો, નવા ગ્રાહકો સુધી

પહોંચવું, એક ઉચ્ચ પ્રદર્શન ધરાવતી રમતની ટીમ પર સ્થાન મેળવવું. એક વખત તમે કામ મેળવો પછી તમારી સફળતા જાળવવા અને આગળ પ્રગતિ કરવા માટે તમને ટકી રહેવાની શક્તિની જરૂર છે.

યાદગાર સિધ્ધાંત એ એક સાદી સર્જનાત્મક ફીલોસોફી છે જે કહે છે કે તમે એવી વસ્તુઓ સ્વીકારો છો, ધ્યાન પર લો છો અને યાદ રાખો છો, જે આગળ પડતી રીતે અલગ હોય. તમારી જાતને સતતપણે પૂછો : "હું કેવી રીતે **યાદગાર** બની શકું ?" મહાન વિચારોની એક નોંધ જાળવી રાખો, જેને તમે કલ્પનાને પકડી લેવામાં ખરેખર અસરકારક હોવા તરીકે જોતા હોવ. તમે શું શીખી શકો, અને તમારા પોતાના ફાયદા માટે ઉપયોગ કરી શકો ?

રમત ગમતમાં, તમે કલાકોના કલાકો અભ્યાસ કરીને અને સ્વાસ્થ્યના તથા આવડતનાં એવાં સ્તરે પહોંચીને તમે યાદગાર બની શકો, જે તમને સ્પર્ધામાં બધાથી ઉપર મૂકી શકે. વ્યાપારમાં તે બીજા ખેલાડીઓ જે કરતા તે જાણેલાં મુલ્યોની ઘણી વધારે ઉચ્ચ માત્રા લાવે છે. કદાચ તે નવી ઓળખ અથવા જાહેરખબર પ્રચાર છે જે તેની સાથે "આહા" પાસું લાવે છે.

ઘણી વખત સાદી વસ્તુઓ તમને નોંધપાત્ર બનાવે છે. તે તમે જે સેવા આપો છો તેનું સ્તર હોઈ શકે અથવા માત્ર તમે જે કરો છો તેના વિશે કાળજી લેવાનું હોઈ શકે. જ્યારે મેળવનાર અપેક્ષા ન રાખતું હોય ત્યારે મોટા મુલ્ય વાળી કોઈ વસ્તુ આપવી તે લાંબા ગાળા સુધી ટકે તેવી છાપ છોડી શકે છે. આની ટકોરા મારતી અસર એ છે કે તમારી પ્રતિષ્ઠાની ઉંચાઈ વધશે, જે તમને આગળ રાખવામાં મદદ કરશે. તે તમે પૂરા પાડેલા મહાન અનુભવ વિશે વધુને વધુ લોકો ને જાણવા તરફ દોરી જશે. તે તમારી સફળતા માટે આપોઆપ વધતી અસર સર્જશે.

"નોંધપાત્ર સિધ્ધાંતનો અભ્યાસ કરો - એવી વસ્તુ જે તમને સાચા અર્થમાં **અદ્વિતીય** બનાવે."

– ટોની બુઝાન

ટકી રહેવાની શક્તિ

નોંધપાત્ર સિધ્ધાંતને તમે બે સ્તર પર લાગુ કરી શકો : પહેલું, કામ મેળવવું; અને બીજું ટકાઉ સફળતા સુરક્ષિત કરવા માટે એક લાંબો સમય ટકે તેવો પગદંડો જમાવવો :

કામ મેળવવું - મોટેભાગે **તક** મેળવવી તે સફળતાની યાત્રાનો સૌથી કઠીન ભાગ છે. તમારા વિચારોના ખજાનામાં એવું શું છે જે એક યાદગાર અનુભવ આપશે ?

તમારું સ્થાન જાળવી રાખવું - તમારે એ સ્વીકારવાની જરૂર છે કે તમારે તમારી અંગત **પ્રતિષ્ઠા** અને ખરેખર તો તમે જેનું પ્રતિનિધિત્વ કરો છો તે સંસ્થાની પ્રતિષ્ઠા ઘડવા માટે નોંધપાત્ર સિધ્ધાંતનો ઉપયોગ ચાલુ રાખવો જોઈએ. આમ કરીને તમે તમારી જાતને તમારા સમાજ અથવા વ્યાપાર સ્થાનમાં જડી દો છો.

"**બદલાવ** એ **મનનું** વલણ છે અને તે શરૂ કરવાનું સ્થાન આપણી પોતાની **અંદર** છે."

– જહોન હાર્વે જોન્સ

લવચિક (ફલેક્સીબલ),
વિનોદવૃત્તિ, કામગીરી,
સ્વ-સુધારણા,વિકલ્પો,
પ્રતિપાદક - નિર્ણય
શક્તિવાળું, અપેક્ષાઓ,
ગતિ, વધારાનું કામ
કરવું.

દસમું કદમ
વધારાનું કામ કરવું 10

જો તમે એક સુપરમાર્કેટમાં છો અને તમે એક ચોક્કસ ઉત્પાદન શોધી રહ્યા છો, તો તમે એ દુકાન તરફ આકર્ષિત થઈ શકો છો જે એ જ ભાવમાં “૧૦% વધુ” આપે છે. આવું એટલા માટે છે કારણકે તમે તમારા પૈસાના બદલામાં વધુ મેળવશો. જો તેઓ તમને તેમની અત્યાધુનિક CD પર એક “બોનસ ટ્રેક” આપશે તો તે તમારી મનપસંદ ઓળખ વિશે વધુ સારું લાગશે. તે તમને પોતે વિશિષ્ટ હોવાનો અનુભવ કરાવશે તેથી તે તમને વધારે ગમશે. આ જ સિધ્ધાંત તમે જે કાંઈપણ કરો તેમાં પણ લાગુ કરી શકાય છે. અને તે તમને તમારાં સ્વપ્નને પૂરા કરવાનાં તમારાં ધ્યેયમાં ખરેખર મદદ કરી શકે છે. તમારી ઓફરમાં ખરું મુલ્ય ઉમેરવા માટેનો માર્ગ શોધવો તે સ્પર્ધાત્મક ફાયદો મેળવવા માટેની તેમજ તમારા પ્રેક્ષકો સાથે વધુ મજબૂતાઈથી જોડાવાની અને વફાદારી ઉત્પાદિત કરવાની મુખ્ય રીત છે, જે તમને સફળતા તરફના માર્ગ પર ગતિ મેળવવામાં મદદ કરી શકે છે.

આ વધારાનું કામ કરવાની વ્યૂહ રચના એ અંતિમ સફળતા ઘટક છે. એ દુનિયામાં, કે જ્યાં ઘણા લોકો માત્ર જરૂરીયાત પૂરતું જ કામ કરે છે ત્યાં જરૂરીયાત કરતાં વધુ કરવા માટેની પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરવી તે તમને મુખ્ય સંબંધો મજબૂત કરવામાં અને લોકોને તમારી સાથે વળગી રહેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવામાં મદદ કરી શકે છે. આ અંતિમ પ્રકરણ તમને માત્ર તમારા પ્રેક્ષકોની વફાદારી સુરક્ષિત કરવા માટે મુલ્યો ઉમેરવાની વિવિધ રીતો જ નથી દર્શાવતું પરંતુ તમારા કામમાં ગર્વ અને સંતોષની લાગણી પૂરી પાડે છે અને અલબત્ત તમને તમારું સ્વપ્ન જીવવાની નજીદીક લઈ જાય છે.

10.1

જરૂરીયાત કરતાં વધુ કરવું

જો તમે તમારો જુસ્સો નક્કી કરી લીધો છે અને તમારું સ્વપ્ન પસંદ કરી લીધું છે તો તમે તેને પૂરેપૂરું અનુસરવા માટે ખૂબ જ પ્રેરિત હશો, પ્રક્રિયાને માણતા હશો અને તમે કરી શકો તેટલી સારી કામગીરી કરવામાં ગર્વ અનુભવતા હશો. આ વસ્તુ માત્ર જે જરૂરી છે તે જ નહીં પરંતુ

વધારાની કામગીરીને તથા વધારાનું મુલ્ય આપીને લોકોને ખૂશ અને આશ્ચર્યચકિત કરવા માટે તમારે માટે યોગ્ય વાતાવરણ સર્જવું જોઈએ.

જરૂર કરતાં વધારે કરવું તે તમે જેમને સેવા આપો છો તે લોકોને માત્ર પ્રભાવિત જ નહીં કરે, અને તેમને માટે બીજે જવાનું મુશ્કેલ જ નહીં બનાવે, પરંતુ તે તમારે માટે મહાન મુલ્ય આપનાર તરીકેની પ્રતિષ્ઠા ઉભી કરશે અને બીજા લોકોને તમારા તરફ ખેંચી લાવશે. આ માત્ર એ સમજવા વિશે છે કે કઠોર પરિશ્રમ અને તમારાં લક્ષ્ય પ્રત્યેની વફાદાર વચનબધ્ધતા દ્વારા, તમારે સમયાંતરે કામ કરવામાં વધારાનો સમય આપવો પડી શકે છે, જે કદાચ તમારાં મન અથવા શરીર - મોટેભાગે બન્નેને - સજા જેવું લાગી શકે છે.

વાસ્તવિકતા એ છે કે બહુ ઓછા લોકો વધુ કામ કરવા માટે પોતાને શારીરિક રીતે અને ભાવનાત્મક રીતે ધકેલવા ઈચ્છતા હોય છે. આમાં એક મહત્વનો પ્રકલ્પ પૂરો કરવા માટે શની-રવિમાં કામ કરવાનો, એક સહકર્મીને એક કટોકટીભર્યું કામ પૂરું કરવામાં મદદ માટે મોડે સુધી ઓફીસમાં રહેવાનો અથવા શીખવાના મુદ્દાને ગ્રહણ કરવામાં મુશ્કેલી અનુભવનાર શિષ્ય સાથે વધુ સમય ગાળવાનો સમાવેશ થઈ શકે છે. થોડુંક જ વધારે આપવાથી તમે તમારા સાથી જુથ વડે આદરણીય બનો છો અને અંગત પ્રગતિ માટેની તકો વધે છે, કારણ કે બીજા લોકો તમારા વચનબધ્ધતાનાં સ્તરથી બંધાઈ જાય છે.

જ્યારે તમે તમારા તરફથી અપેક્ષા કરતાં વધુ કરશો ત્યારે તમે તમારી જાતને સ્પર્ધામાં ઘણી આગળ મૂકશો. તે અંગત અને વ્યાવસાયિક બન્ને રીતે ખૂબ જ વળતર આપનાર પણ છે. તમે શું પ્રાપ્ત કરવા માંગો છો તે ઉંડાણપૂર્વક વિચારો અને એ વાત સ્વીકારો કે વધુ કામ કરવાની ફીલોસોફી અપનાવવા માટે તમારાં મગજ ને ટેવ પાડીને તમે માત્ર બીજા લોકો કરતાં વધુ કામ કરીને વધુને વધુ સફળ બનશો.

ઉપર અને આગળ

અહીં કેટલાંક મુખ્ય ચાલકબળો આપ્યાં છે જે તમને વધુ કામ કરવાની માનસિકતા દાખલ કરવામાં મદદ કરી શકે :

- તમે કોઈને નીચા પડવા દેવા નથી માંગતા.
- તમે એક ગ્રાહક અથવા હિસ્સેદારને **પ્રભાવિત** કરવા માંગો છો.
- તમે એક મહત્વાકાંક્ષા સિધ્ધ કરવા માંગો છો.

- કોઈકને તમારી **મદદ** ની જરૂર છે.
- તમે એ તક જોવો છો જે બીજાને ગુમાવી છે.
- તમે એ **સંભાવના** જોવો છો જે પૂરી થઈ નથી.

"જો તમે જે હોવા માટે લાયક છો તેના કરતાં કશું પણ ઓછું હોવાનું આયોજન કરો છો, તો કદાચ તમે જીવનના બધા દિવસો દુ:ખી રહેશો."

– અબ્રાહમ માસ્લો

જો તમે તમારાં મનને **વધારે** આપવા તરફ અભિમુખ કરી શકો, તો આ માનસિક વલણ તમારી વર્તણુકનો અખંડ ભાગ બની જાય છે અને **જીતવું** એ એક **આદત** બની જાય છે.

"**વધારાના રસ્તા** પર કોઈ ટ્રાફીક જામ નથી હોતો."

– અજ્ઞાત

10.2

શ્રેષ્ઠ પાસેથી તાલીમ લો

જો તમે લોકો માટે નિશ્ચિત કરતાં વધુ કામ કરવાનો પ્રયાસ કરવાના હોવ, તો તમારે એ બાબતની ખાતરી કરવી જરૂરી છે કે તમે જે કરો તે ઉચ્ચ ધોરણનું હોય. વધારે પડતું મામુલી કામ કરી આપવું તે ખરેખર કામ આવતું નથી. તમારે એ વાતની ખાતરી કરવી જોઈએ કે તમે જે વધારાનું મુલ્ય ઉમેરો છો તે ખરેખર મળવા પાત્ર છે.

આથી જો તમે તમારી વ્યાવસાયિક જીંદગીમાં ઉપર ચઢવા માંગતા હોવ તો એવા લોકો સાથે કામ કરો જેઓ તમને નવી સીમાઓ સુધી લઈ જઈ શકે. આવી વ્યક્તિઓ સાથે મળેલી તાલીમ તમારાં સુખચેન-સ્વસ્થતાનું સ્તર વધારશે, તમને નવી આવડતો શીખવશે, અને સૌથી

મહત્વનું એ છે કે તમને તેઓ કેવી રીતે વિચારે છે તેની સમજણ મેળવવા દેશે. તમારાં કામનાં ક્ષેત્રમાં તમે કોને શ્રેષ્ઠ માનવાનો નિર્ણય લો છો તે તમારો પોતાનો દેખાવ ઉપર લાવવા માટે સીમાચિન્હ બનશે. અંગત ગર્વની લાગણી અથવા તમારી પોતાની લાયકાતને તોડી નાખવાની ભાવનાનો નિકાલ કરો, અને વર્ગમાં તમે જેને શ્રેષ્ઠ તરીકે ઓળખો છો તેમની સાથે તમે કેવી રીતે સમય પસાર કરી શકો તે શોધો.

ઉચ્ચ કામગીરી કરતી સંસ્થાઓ સભાનપણે એવી સ્થિતિ પેદા કરે છે જે તેમના શ્રેષ્ઠ કાર્યકર્તાઓને કામગીરીનાં નવાં સ્તરો સુધી પહોંચવા માટે એક બીજાને ધક્કો મારે. જો તમે વધુ મહાન સફળતા મેળવવા માંગતા હોવ તો તમારી જાતને એવા લોકો સાથે જોડો જેઓ એકધારી રીતે બીજા કરતાં વધુ સારો દેખાવ કરે છે. આવા લોકો પાસે તમારાં વલણમાં એકદમ ખૂલ્લા રહો અને નમ્રતાપૂર્વક તેમની મદદ અથવા સલાહ માંગો. આ રીતે પૂછવાથી, તમે એક પ્રશંસાનો ભાવ આપો છો અને તેમની તજજ્ઞતા અને કાર્ય સિધ્ધ કરવાની માનસિકતાનો સ્વીકાર કરો છો. મોટેભાગે તો લોકો મદદ કરશે.

શ્રેષ્ઠ પાસેથી તાલીમ લેવાથી તમે ઈરાદાઓ અને અપેક્ષાઓ ઉભી કરો છો જે તમારી માનસિકતાને પ્રાપ્તિની નવી ઉંચાઈ પર લઈ જાય છે. જે વ્યક્તિઓ સાથે તમે તાલીમ મેળવો છો તેઓ ગુરુ કરતાં ભિન્ન છે - તેઓ એવા ભાગીદારો છે જેમની સાથે તમે વાસ્તવિક સમયના આધાર પર તમારી કુનેહો વિકસાવવા તથા વધારવા માટે કામ કરો છો.

શ્રેષ્ઠ ગુણો

જ્યારે તમે મદદ તથા સલાહ માટે શ્રેષ્ઠ દેખાવકર્તાઓનો સંપર્ક કરો છો, ત્યારે તમારું ધ્યેય આ મુજબ હોવું જોઈએ :

- મુલાકાતોમાં અને તેમની રોજ-બ-રોજની પ્રવૃત્તિઓમાં **તેમનો પડછાયો બનો.**
- શા માટે તેઓ સતતપણે બીજા લોકો કરતાં વધુ સારો દેખાવ કરે છે તે વિશેના તેમના **વિચારોનું** આદાન-પ્રદાન કરવા માટે તેમની પાસે થોડો સમય માંગો.
- તેઓ શું વિચારે છે અને કઈ વસ્તુ તેમને આગળ લઈ જાય છે તે વિશેની **સૂઝબુઝ** માટે પૂછો.
- તેમને પૂછો કે કઈ વસ્તુ તેમને **પ્રેરિત** કરે છે.

“આપણે એ છીએ, જે આપણે **વારંવાર** કરીએ છીએ; પછી, **શ્રેષ્ઠતા** એ એક **કાર્ય** નથી એક **આદત** છે.”

– એરીસ્ટોટલ

તમારા ઈરાદા વિશે પ્રમાણિક રહો અને આંતદૃષ્ટિ મેળવવા માટે કોઈપણ રીતે એ અનુભવોનો ઉપયોગ ન કરો જે તેમને માટે અહિતકર્તા હોય. સ્પષ્ટ અને આગળ પડતા રહો. જો હિતનો વિખવાદ તેની મેળે ઉભો થાય તો ચાલતા થાવ.

“**મહાન** વસ્તુઓ પ્રાપ્ત કરવા માટે, આપણે એવી રીતે જીવવું જોઈએ જાણે આપણે ક્યારેય મૃત્યુ પામવાના જ નથી.”

– લુક દે ક્લેપીઅર્સ વોવેનાર્ગ્યુસ

10.3

સ્વ સુધારણા

વ્યક્તિગત વિકાસ એ સ્પર્ધાત્મક ફાયદાનો અંતિમ સ્ત્રોત છે. જ્યારે તમે શીખવાનું બંધ કરી દો, ત્યારે તમે તમારી કારકીર્દિ સ્થગિત થઈ જવાનું જોખમ ઉઠાવો છો. જીવન એ શીખવાની સતત ચાલતી યાત્રા છે અને દરેક નવો અનુભવ પોતાને વધુ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની એક તક તરીકે રજુ કરે છે. ઉચ્ચ સિધ્ધીઓ પ્રાપ્ત કરનારાઓ આજીવન શિષ્યો હોય છે, જેઓ નવી માહિતીઓ આત્મસાત કરવાના અૌપચારિક અને અનૌપચારિક બન્ને માર્ગોનું સંયોજન કરે છે. તમારી સફળતાની યાત્રમાં તમે જેમ જેમ પ્રગતિ કરશો તેમ તેમ જો તમારી પાસે શીખવાની વ્યુહ રચના અને અંગત વિકાસનું આયોજન હશે તો, તમે જ્યાં પહોંચવા માંગો છો ત્યાં વધારે જલ્દી પહોંચી જશો.

તમારી કામગીરી જ્ઞાન અને અનુભવોની સતતપણે પુનઃ ચકાસણી કર્યા કરવાથી અને સ્વ સુધારણાનું ધ્યેય રાખવાથી, તમે બીજાને કામગીરીમાં પાછળ રાખી દે તેવી તમારી તકોને મહત્તમ બનાવો છો. તમે જે કાંઈપણ કરો છો તેમાં વધુ સારા બનવાની વચનબધ્ધતા પણ લોકોને પ્રભાવિત કરશે અને તેમને વિશ્વાસ અપાવશે કે તેઓ શક્ય તેટલી શ્રેષ્ઠ સેવા મેળવી

રહ્યા છે. તમારું ટેકારૂપ જુથ પણ તમે જે ઉદાહરણો મૂકો છો તેનાથી પોતાની જાતને સુધારવા માટે પ્રેરિત થશે.

તમારી જાતને વધારે સારા બનાવી શકવા માટે, તમારે તમારી વર્તમાન ક્ષમતાઓ અને તમારાં સ્વપ્નને પૂરાં કરવા માટેની મદદ માટે તેમને કેવી રીતે સુધારી શકાય, તે વિશે તમે ખૂલ્લા મનના તથા પ્રમાણિક હોય તે જરૂરી છે. બીજા પાસે તેમનો પ્રમાણિક અભિપ્રાય માંગવો તે પણ યોગ્ય છે. કારણ કે એવું બની શકે કે તેઓ એવું કશુંક જોઈ શકતા હોય જે તમે ન જોઈ શકતા હોવ. માટે મિત્રો, પરિવારજનો અને સહકર્મીઓને તમે કેવી રીતે વધુ સારું કરી શકો તે વિશે તેઓ શું વિચારે છે તે જાણવા માટે ખૂલ્લા દીલે પૂછો. તેઓ તમારી સ્વ-અસરકર્તા વર્તણુકથી પ્રભાવિત થઈ જશે અને મોટેભાગે તમને મદદ કરવા માટે ખૂબ જ આનંદ અનુભવશે. સતત શીખવા તરફ સમર્પિત થાવ, અને તમે વધુ અસરકારક રીતે તમારાં લક્ષ્યો સિધ્ધ કરશો.

“અમને **સાધનો** આપો, અને અમે કામ પૂરું કરી લેશું.”

– વિન્સ્ટન ચર્ચીલ

“**વાતો** બહુ થઈ, **હવે** કામ**કરવાનો** સમય આવ્યો છે.”

– ટોની બ્લેર

અંતરનો ખ્યાલ મેળવવો

જે ક્ષેત્રમાં તમારે વધારે વિકસવાની જરૂર હોય ત્યાં સુધી પહોંચવા માટે, નીચેનાં દરેક ક્ષેત્રોમાં તમને ૧૦માંથી ગુણ આપો :

૧. મારી પાસે **સ્પષ્ટ** લક્ષ્યો છે, તેમને જુસ્સાભેર આગળ વધારાય છે.

૨. હું **સ્થિતિસ્થાપક** છું અને આઘાતો સાથે અસરકારક રીતે વ્યવહાર કરું છું.

૩. મારા વ્યાવસાયિક અને વ્યક્તિગત વિકાસની હું **માલિકી** લઉં છું.

૪. હું **પ્રેરિત** છું અને તેની સાથે આગળ વધુ છું.

૫. હું એક મજબૂત અને **અસરકારક** નેતા છું.

૬. હું બીજા સાથે **સારી રીતે** કામ કરું છું.

૭. હું **નવસર્જક** છું અને જીવન તથા કામ પ્રત્યે રચનાત્મક અભિગમ રાખું છું.

૮. હું એક **આદરણીય** વ્યક્તિ છું.

૯. હું એક **અસરકારક** જોડાણકર્તા અને આદાન-પ્રદાનકર્તા છું.

૧૦. હું જે કરું છું તેમાં હંમેશાં **આગળ વધવાનું** ધ્યેય રાખું છું.

આ પ્રશ્નોના પ્રમાણિકપણે ઉત્તર આપીને, તમે તમારા જીવનનાં કયાં ક્ષેત્રો અને વલણો પર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે તે વિશેની દૃષ્ટિ ઘડવાનું શરૂ કરો છો. તમારા દરેક જવાબની પૂરી ચકાસણી કરો અને તેને સુધારવા માટે તમે શું કરવાના છો તે સ્પષ્ટપણે નક્કી કરો. પછી એ સ્ત્રોતો જાણી લો કે જેની તમને આગળ વધારવા માટે જરૂર પડશે.

10.4

પોતાની જાતનું પુનઃનવસર્જન કરવું

પ્રયોજનો, પ્રેરણા અને કામગીરીનું ઉચ્ચ સ્તર જાળવી રાખવા માટે, કે જેથી તમે સરહદોને આગળ ધકેલી શકો અને વધુ કામ આપી શકો, કોઈક બિંદુએ તમારે તમારી કામ કરવાની રીતમાં મહત્વનો ફેરફાર કરવાની તમને જરૂર પડે તેવું બની શકે. એવું એટલા માટે પણ હોય કે તમે એવા નિત્યક્રમમાં ફસાઈ ગયા હોવ જે તમારે તોડવો જરૂરી હોય, કારણ કે તે તમારી પ્રગતિને અટકાવતો હોય. અથવા તો તમારું બજાર બદલાઈ ગયું હોય, અને આગળ વધતા રહેવા માટે તમારે નવા ગ્રાહકોનો દરવાજો ખખડાવવાની અથવા એક અલગ વલણ લેવાની જરૂર પડે. કદાચ તમારે બદલાતી માંગો અથવા સફળતા વધારવા માટે હિસાબ કાઢવા માટે નવા સ્થળે સ્થિર થવું પડે અથવા પરદેશમાં વિસ્તરણ કરવું પડે. આ બધી પહેલ કરવા માટે તમારે તમારી જાતનું કેટલાક અંશે નવસર્જન કરવાની જરૂર છે.

તમારે એ સ્વીકારવું જોઈએ કે તમે માનો છો તેના કરતાં તમારો તમારા જીવન પર ઘણો વધારે કાબુ છે - તમે કોણ છો, તમે શું ઈચ્છો છો અને તમે શું વિચારો છો. તમારી જીવન તરફની માનસિક દૃષ્ટિ તેમજ તમારું ચારિત્ર્ય અને વ્યક્તિત્વ તમારી પોતાની નેતાગીરી અને માર્ગદર્શન હેઠળ રહે છે. જ્યારે વસ્તુઓ આયોજન મુજબ ન થઈ રહી હોય અથવા તો

તમને લાગે કે તમે તમારી કારકીર્દિ અથવા અંગત જીવનમાં પૂરાઈ જઈ રહ્યા છો - પાછળ પડી રહ્યા છો, તો કશુંક ભિન્ન કરવાનો સમય આવી ગયો છે.

તમે આને માટે તૈયાર હોવા જોઈએ અને જરૂર પડે ત્યારે બદલાવને અપનાવી શકવાની યોગ્ય માનસિકતા હોવી જોઈએ. જ્યારે તમે પ્રેરણા ખોઈ બેસો અથવા પરિણામો ન મળી રહ્યા હોય, તો આ પગલાં લેવાનો સમય છે. જો લક્ષ્ય ખસેડી લેવાયાં હોય અને તમે તમારાં લક્ષ્ય સાથે જોડાયેલા ન હોવ તો તમે આગળ વધી શકો નહીં. નિશ્ચિત કરતાં વધારે કરવા માટે, તમારે અનુકુલનની જરૂરીયાત સમજવી જોઈએ.

બદલાવાનો સમય

પુનઃનવસર્જનની પ્રક્રિયા એટલે કે યથાવત્ સ્થિતિને તમારે કટોકટીભરી રીતે ચેતવણી આપવી જરૂરી છે - જીવન અથવા કારકીર્દિને જુદા દૃષ્ટિકોણથી જોવી :

- **તમે શા માટે નીરસ છો ?** વસ્તુઓ શા માટે આયોજન મુજબ નથી થતી અથવા કામ નથી આપતી ? શું તમે જે પ્રાપ્ત કરો છો અને તમારી પાસે જે છે તેનાથી તમે **પરિપૂર્ણ** અને **ખૂશ** છો ? તમારા વિશે અને તમારી કામગીરી પરના ફીડબેક માટે બીજાને પૂછો. તમારી આસપાસનાં વાતાવરણ તરફ ખૂલ્લા થાવ.
- **નવીન થયેલા તમે ક્યાં હો તેવું તમે ઈચ્છો છો ?** તમારાં લક્ષ્યોની પુનઃતપાસ કરવા પાછા વળો. શું તે સ્પષ્ટ અને સચોટ છે કે પછી તેઓમાં વ્યાખ્યા અને સ્પષ્ટતાનો અભાવ છે ?
- **મુખ્ય સંક્રમણ બિંદુઓની સૂચિ બનાવો.** કઈ ચોક્કસ વસ્તુઓને બદલાવની જરૂર છે તે નક્કી કરો. એક **ક્રિયા સૂચિ** તૈયાર કરો. વસ્તુઓને આગળ વધારવા માટે જરૂરી હોય તેની નવી ભાગીદારીઓ અને સંબંધોની વિગત કાઢો. નવી **યુક્તિઓ** શોધો અને એવી આવશ્યક બાબતો પર કામ કરો જે એક અલગ પરિણામ આપે.
- **ફેરફારો ને અમલમાં મૂકો.** એ **ફેરફારો** નાં અમીલકરણ નો સભાન પ્રયત્ન કરો જે તમે જે બનવા માંગો છો તેનું સંક્રમણ કરવા માટે જરૂરી હોય. કામ કર્યા વગર કશું જ બનવાનું નથી. તમારા હિસ્સેદાર જુથોને ફેરફારનો ઈશારો થઈ જાય તેની ખાતરી કરો.

"જ્યારે **ફેરફાર** નો પવન ફૂંકાય છે, - કેટલાક દિવાલો બનાવે છે, બીજા પવનચક્કી બનાવે છે."

– અજ્ઞાત

10.5

લવચિક (ફ્લેક્સીબલ) હોવું

તમારી વધુ આપવાની શોધખોળમાં અને એ રીતે તમારું સ્વપ્ન પૂરું કરવાની તમારી યાત્રા ટૂંકી કરવા માટે, તમે સમસ્યાઓને ઉકેલવાના અથવા કાર્યો કરવાના બીજા માર્ગો તરફ વધુ ખૂલ્લા રહીને વધારે પ્રાપ્ત કરી શકો. લોકોને ઘણા બધા વિકલ્પો આપવા, બીજા લોકોની જરૂરીયાતોને અનુકુળ થવા માટે તમે જે કરી શકો તે કરવું અને સંજોગો અનુસાર તમારી વિચારવા અથવા કામ કરવાની રીતમાં ફેરફાર કરવા માટે તૈયાર હોવું તે એવી છાપ પાડશે કે તમે શ્રેષ્ઠ સેવા આપવા માટે શક્ય તે બધું જ કરો છો.

તમે જે કરો છો તેમાં લવચિક્તાનું આ સ્તર ઉભું કરીને તમારી સફળતામાં જે મુખ્ય છે તેવાં ઘણાં બધાં ક્ષેત્રોમાં તમે મોટા સુધારાઓ કરવા તરફ આગળ વધી શકો, જેવા કે તમારી પ્રતિષ્ઠા અને વિશ્વસનીયતા અને લોકો સાથેના મજબૂત સંબંધો જતા કરવા જેની અસર પડે છે. જે વ્યક્તિઓ પોતાનો માર્ગ જ એક માત્ર માર્ગ છે તેવું ગણતા હોય તેમની સાથે વ્યાવસાયિક અને વ્યક્તિગત બન્ને રીતે કામ કરવું અતિશય મુશ્કેલ છે. વધારાનું કાર્ય કરવા માટે તમારે કામ કરવાની જુદી જુદી રીતો પ્રદર્શિત કરવાની વારંવાર જરૂર પડશે - એવી કે જે એકલ મનનાં દૃષ્ટિબિંદુથી દુર રહે. ઈચ્છિત પરિણામ મેળવવા માટે તમારી માનસિકતાએ અલગ નજરીયા સાથે અનુકુલન સાધવું જોઈએ.

તમારી લવચિકતા માટે તમારી કિંમત કરવામાં આવશે, કારણ કે તે દર્શાવશે કે તમે બીજાના દૃષ્ટિબિંદુને સમજવા માટે અને તેમને સાંભળવા માટે ખૂલ્લા મનના છો અને પરસ્પર સંતોષ પ્રાપ્ત કરવા માટે તેમની સાથે કામ કરવા તૈયાર છો. જો બીજાના મતો ઉપર જીત મેળવવાનો તમારો ઈરાદો છે તો, અમુક ઘટનાઓમાં તે અસુવિધાજનક લાગે તો પણ, તમારે તમારા વિચારો, વલણ અને કાર્યશૈલીમાં લવચિક હોવું જોઈએ.

જેમ જેમ તમે તમારાં જીવન અને કારકીર્દિમાં આગળ વધતા જાવ, તેમ તમે વિવિધ વ્યક્તિત્વોના સંપર્કમાં આવશો. સફળતાનો અર્થ છે કે તમારે પરિસ્થિતિને અનુકુળ આવે તેવું વલણ અપનાવવું પણ પડે. તમે બીજા સાથે કઈ રીતે વાત ચિત કરો છો તે વિશે સભાન રહો - શું તમે બહુ સહેલાઈથી તેમના મતોને કાઢી નાખો છો કે તમે તેમને અપનાવો છો ? તમે

લોકો સાથે સહમત ન થતા હોવ તો પણ, એક માનપાત્ર કારણ સાથેની નિખાલસતા અને ખૂલ્લાપણું પ્રદર્શિત કરશે કે તેમના સ્થાન માટે તમને કદર છે અને માટે તમારી માનસિકતા લવચિક છે.

"તમારા નિર્ણયોને **સમર્પિત** રહો, પરંતુ તમારાં **વલણ** માં **લવચિક** રહો."

– ટોમ રોબીન્સ

'હા જી હા' કરનાર વ્યક્તિ ન બનો.

લવચિકતા એ આકર્ષક વ્યક્તિત્વનું એક મહત્વનું તત્વ છે. તેમાં તમારી વિચારસરણીને વાળવાની ક્ષમતા સાથે વિવેકપૂર્ણ હોવાનો સમાવેશ થાય છે. જોકે, તમારે તેને તમારાં વ્યક્તિગત મુલ્યો, સ્વનિયંત્રણ અથવા મનની શાંતિ સાથે **તડજોડ કરીને** તેને વધારે પડતું ખેંચવું ન જોઈએ. જો તમે આમ કરો છો તો તમને નબળા તરીકે જોવામાં આવશે અને તમારી આસપાસના લોકોમાં તમારું માન ગુમાવશો. તમારી જાતને બીજા લોકોની ધૂનનો વિષય ન બનાવો કારણ કે તે તમારી છાપ એક "હા જી હા" કરનાર વ્યક્તિ તરીકેની ઉપસાવશે. જ્યારે તમે લવચિક છો ત્યારે તમે તકો ઝડપવા માટે **ત્વરિત પગલાં** લેવા માટે સક્ષમ છો. આ માનસિકતાનું ખુલ્લાપણું પણ બીજા લોકોને તમારા તરફ આકર્ષે છે, કારણ કે સતત "ના" કહ્યા કરવી તે તમને દૂર કરી શકે અને દરવાજા બંધ કરી શકે જે અન્યથા ખૂલ્લા રહ્યા હોત.

"સિધ્ધાંત પર **મક્કમ** રહો પરંતુ પધ્ધતિ પર **લવચિક.** "

– ઝીગ ઝીગલર

10.6

નિર્ણયાત્મક હોવું

તમારી સફળતા માત્ર તમે લો છો તે નિર્ણયો પર જ નહીં પરંતુ જે ઝડપ અને સ્પષ્ટતા સાથે તમે તે નિર્ણયો લો છો તેના પર ખૂબ જ આધારિત છે. નિર્ણયો કરવામાં મોડું કરવું તે માનસિક સંકડામણ સર્જવાનું શરૂ કરી શકે છે. જે મુંઝવણ અને નિરુપાય હોવાની ઉંડી લાગણી તરફ દોરી જઈ શકે છે. તમારે નિર્ણયાત્મક બનીને આ અવરોધને દૂર કરવા જોઈએ, નહીંતર તમારો આત્મવિશ્વાસ તુટી શકે છે. આ વસ્તુ આગળના નિર્ણયો લેવાનું વધુ મુશ્કેલ બનાવશે અને તમારી કામગીરી પર અસર પડશે.

ઝડપથી અને મક્કમતાપૂર્વક પગલાં ભરીને તમે મુક્ત થઈ જાવ છો અને ઘણું વધારે પ્રાપ્ત થાય છે. તે ઉપરાંત બીજા લોકો તમારા ચારિત્ર્યની મજબૂતાઈ અને હિંમત વડે પ્રભાવિત થશે. તમને નિર્ણય લેવાનું વિલંબમાં નાખવાની લાલચ થઈ શકે છે કારણ કે તમને લાગે છે તમે આગળના કોઈક બિંદુએ વધુ સારો નિર્ણય લઈ શકશો. જ્યારે આ વાતમાં થોડુંક તથ્ય છે, છતાં તમારે ઢીલ કરવાનું ટાળવું જોઈએ કારણ કે તે કામગીરી અટકાવી શકે છે, સહકર્મીઓ પર નકારાત્મક અસર પાડી શકે છે અને તમારી અસરકારકતા મંદ કરી શકે છે.

કેટલાક નિર્ણયો માટે બીજા કરતાં વધારે સમય અને સાવધાનીપૂર્વક ધ્યાન દેવાની જરૂર હોઈ શકે છે, તેથી સમતોલન પ્રાપ્ત કરવું જ જોઈએ. ઉદાહરણ તરીકે, એક નવી નોકરી શરૂ કરવી અથવા સ્વતંત્ર કામ શરૂ કરવું તેની આવનારાં વર્ષોમાં તમારાં જીવન પર ઘણી મોટી અસર પડી શકે છે. જ્યારે એક કારકીર્દિ અથવા કાર્ય અથવા ખરેખર તો અત્યારે જે કરતા હોવ તેમાં પ્રગતિ કરવાનો પ્રયાસ કરવાનું પસંદ કરતી વખતે, તમારા નિર્ણયો તમે નક્કી કરેલા લક્ષ્યોની સાથે એક પંક્તિમાં હોવા જોઈએ. એટલે કે જો તમે અઠવાડીયામાં એક જ વખત તાલીમ લેવાનું નક્કી કરો તો રમતવીર ન બની શકો અથવા સતત શીખવા માટે સમર્પિત થવાનું નક્કી કર્યા વગર એક ડૉક્ટર ન બની શકો. સારા નિર્ણયો લેવામાં સ્વયં શિસ્ત, કેન્દ્રિત ધ્યાન અને સ્પષ્ટ વિચારણાનો સમાવેશ થાય છે.

“એક મહાન નિર્ણયાત્મક **ધ્યેયને** બળ અને **નિર્ણયાત્મકતાપૂર્વક** આગળ વધારો.”

– કાર્લ વોન ક્લાઉઝવિત્ઝ

અલિપ્ત રહેવું.

મોટેભાગે, યોગ્ય નિર્ણય લેવા માટે તમારે પરિસ્થિતિથી **ભાવનાત્મક રીતે અલિપ્ત** હોવું જરૂરી છે. ચોક્કસ સંજોગોમાં તમારી લાગણીઓ જીતી જાય તેવું બની શકે, જે તમને તટસ્થને

બદલે **કાલ્પનિક નિર્ણય લેવા** તરફ દોરી જઈ શકે છે. આ એક બહુ મોટી ભૂલ બની શકે છે જે તમારી અને સમાવિષ્ટ હોય તે બધાની સફળતાને અસર કરી શકે છે અને તેને કોઈપણ કિંમતે ટાળવું જોઈએ. ઉદાહરણ તરીકે, એક નબળી કામગીરી કરનાર વ્યક્તિને જ્યારે તમે તમારો મિત્ર પણ ગણતા હોવ ત્યારે, તેને ધમકાવવી તે ઘણું મુશ્કેલ થઈ શકે છે. આવે વખતે, ત્યારે તમે જ **વલણ** લો છો તેના વિશે સ્પષ્ટતાપૂર્વક વિચારવું અને તેમને તે બીજી વ્યક્તિની જગ્યાએ મૂકી જોવા જરૂરી છે. આવા કિસ્સાઓમાં **નિખાલસતા** એ અતિશય શક્તિશાળી સાધન બની શકે છે. જો તમે એક તટસ્થ નિર્ણય લેવા માટે એક પરિસ્થિતિની વધારે પડતા નજીક આવી ગયાનું અનુભવો, તો બીજી મહત્વની વ્યક્તિઓને મદદ કરવા માટે અંદર લઈ આવો. આ વસ્તુ નબળાઈ નહીં પરંતુ **સ્વ જાગૃતિ** અને યોગ્ય વસ્તુ કરવાની ઈચ્છા દર્શાવે છે.

“**નિર્ણયાત્મક હોવું** તે મોટાભાગના અવરોધોનો ઈલાજ છે.”

– જ્યોર્જ વેઈનબર્ગ

10.7

દબાણ ને ગળે લગાવવું

નિશ્ચિત કરતાં વધારાનું કરવા માટે તમે ઉચ્ચ દબાણવાળાં વાતાવરણને પહોંચી વળવા સક્ષમ હોવ તે જરૂરી છે. જો તમે સાચા અર્થમાં ઉપર ચડવા અને તમે જે કરો છો તેમાં શ્રેષ્ઠ બનવા માંગતા હોવ તો તમારે તણાવભરી પરિસ્થિતિઓ સાથે સ્વસ્થ રહેવું જરૂરી છે. જો તમે તેમ ન કરી શકો, તો તમે પરિસ્થિતિના તણાવ અને ભાર નીચે કચડાઈ જાશો. જ્યારે તમારી આસપાસનું બધું જ છૂટું પડતું દેખાતું હોય ત્યારે ઠંડા દિમાગવાળા રહેવું એ સાચા આર્થમાં પ્રશંસનીય લક્ષણ છે. જ્યારે વસ્તુઓ આયોજન મુજબ ન બની રહી હોય અને અમલમાં મુકેલી બધી જ ક્રિયાઓ અવળી પડતી દેખાય ત્યારે શાંત, સ્વસ્થ અને એકત્રિત રહેવું અતિ આવશ્યક છે.

કેટલીક વ્યક્તિઓ તણાવયુક્ત પરિસ્થિતિમાં બીજા કરતાં વધારે સ્વસ્થ રહે છે. તમારું સ્વપ્ન પુરું કરવા માટે તમારે દબાણને ગળે લગાડવું પડે અને તેના પર આબાદ થવું પડે તેવું બની શકે. દબાણને યોગ્ય રીતે સંભાળવું અને તેને તમારા ફાયદા તરફ વાળવું તે તમારા કામગીરીના સ્તરને શક્તિ પૂરી પાડી શકે અને તમને વધારાનું કાર્ય કરવામાં મદદ કરી શકે.

વધુમાં, બીજા લોકો જેનો સામનો કરતાં ડરતા હોય તેવી પરિસ્થિતિ સાથે વ્યવહાર કરવો તે એક શક્તિશાળી પ્રેરકબળ છે, તે સમયે બીજા લોકો તમારી દબાણ હેઠળ કામ કરવાની ક્ષમતાથી પ્રભાવિત થઈ જશે.

ઉચ્ચ દેખાવકર્તા બનવા માટે, તમારે એ દર્શાવવું જરૂરી છે કે તમે તમારાં નક્કી કરેલાં લક્ષ્યને સિધ્ધ કરવા માટે ગમે તે હદ સુધી તમારી જાતને ખેંચી શકો છો. એક મુશ્કેલ અને તણાવભર્યું કાર્ય પૂરું કરવા માટેની તમારી ક્ષમતામાં લોકોની શંકાશીલતાને વિપરીતતામાં આબાદ થઈને અને સફળતા માટે હજી વધારે નિર્ણયાત્મક થઈને પ્રત્યાઘાત આપવો જોઈએ.

પોતાનાં નિયંત્રણમાં રહેવાનું રહસ્ય છે, તમારી જાતને પરિસ્થિતિથી ઉપર ઉઠવા દે તેવી માનસિકતા સર્જવી, જેથી તમે તેને યથા-દર્શનમાં મૂકી શકો. જેવો તણાવ ઉભો થવા લાગે અને તમારું મગજ દોડવાનું શરૂ કરે કે તરત જ તમારી જાતને સ્પષ્ટતાપૂર્વક અને વિવેકબુધ્ધીપૂર્વક વિચારવાનો અવકાશ આપવા માટે એક વિરામ લો, જેથી તમે બીજાં ગીયરમાં જઈ શકો અને ક્રિયાનો યોગ્ય માર્ગ નક્કી કરી શકો. આમાં વધુ સ્ત્રોતો મેળવવા, વ્યુહરચના બદલવી અથવા તમારી જાતને વધુ સમય આપવા માટે સમયમર્યાદાને આગળ લઈ જવાનો સમાવેશ થાય છે. પછી તમે કામને નવા ઉત્સાહ અને આત્મવિશ્વાસ સાથે આગળ વધારવાનું નક્કી કરી શકો.

સરહદને આગળ ધકેલવી

જ્યારે તમે **સ્વ-સુધારણા** ચાલુ રાખવા માટે, તમારા સગવડના પ્રદેશને સતતપણે વિસ્તારવા માટે અને નવાં લક્ષ્યો સર્જવા માટે **પ્રતિબધ્ધ** થાવ ત્યારે તમે જેની સાથે પહોંચી વળી શકો તેમ છો તે **સરહદો** ને સતતપણે વિસ્તારો છો. વધુ પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારી જાતને સતતપણે ધકેલીને, તમે પોતાને **માનસિક** અને શારીરિક બન્ને રીતે અપરિચિત ક્ષેત્રમાં આવી ગયેલી અનુભવશો. આ નવી ભૂમિકા તમને નવા અને અલગ પ્રકારનાં દબાણો અને પડકારો તરફ ખૂલ્લા કરશે જેની સાથે તમારે સહયોગ કરવો પડશે.

“જે **એકમાત્ર** દબાણ હેઠળ હું છું તે એ દબાણ એ છે જે મેં **મારી પોતાની** ઉપર લાદ્યું છે.”

– માર્ક મેસીર

તમારી જાતને પછીનાં સ્તર સુધી **ધકેલવાનું** ચાલુ રાખો. આમ કરવામાં, તમે આ પરિસ્થિતિઓ જે દબાણ લાવે છે તેની સાથે વધુ ને વધુ **સ્વસ્થ** બનશો. તણાવ સાથે વ્યવહાર કરવો તે એક વ્યાવસાયિક જોખમ બની જાય છે, જ્યારે દબાણને પ્રેમ કરવો તે **મનની સ્થિતિ** બની જાય છે.

“દબાણ વગર હીરા બનતા નથી.”

– મારી કેસ

10.8

ઝડપથી ગતિ પ્રાપ્ત કરવી

જેવી રીતે ઉચ્ચ દબાણ ધરાવતી પરિસ્થિતિને નિયંત્રીત કરવા માટે અને તેમાં આબાદ થવા માટે મુખ્ય પ્રશ્નો પર વિચારવા માટે સમય કાઢવો તે આવશ્યક પૂરવાર થઈ શકે છે, તેવી જ રીતે “તોફાન પહેલાંની શાંતિ” વાળું વલણ એક મુખ્ય તક પર ઝડપથી હુમલો કરવાનું આયોજન કરતી વખતે કામ આવે છે.

તમે ઘણી વખત જોશો કે તમને જીવનમાં એવી પરિસ્થિતિ સામે મૂકવામાં આવે છે જ્યાં તકની એક બારી તમને આવી મળે છે. જોકે, તેઓ પ્રકૃતિએ અલ્પકાલિક હોઈ શકે છે, અને તેનો અર્થ છે કે જો તમે ઝડપથી કાર્ય ન કરો, તો તમે તેને ગુમાવવાનું જોખમ ઉઠાવો છો.

આ તાકીદની ભાવના સાથે મચી પડવાની પ્રક્રિયા માટે તમે પ્રયાસને ચલાયમાન કરો અને ખૂબ ઝડપથી ગતિ ઉભી કરો તે પહેલાં સ્વસ્થતાની એક ક્ષણ જરૂરી છે.

કોઈપણ પરિસ્થિતિ વિશે વિચાર્યા વગર તેમાં ઘસી જવું તે વિનાશ તરફ દોરી જઈ શકે છે. માત્ર એ કારણસર કે તક ક્ષણિક હોઈ શકે, તેનો અર્થ એવો નથી કે તમારે વિહ્વળ થઈ જવું પડે. આવું વલણ બેપરવાઈનું સૂચન છે. જો તમારું ધ્યેય નિષ્ફળ જાય તો તમે ઓછામાં ઓછો પૂષ્કળ સમય અને પ્રયાસ બગાડ્યો છે. સૌથી ખરાબ, તમે તમારું સ્વપ્ન સિધ્ધ કરવાની તકનો સંપૂર્ણ વિનાશ કરી શકો છો અને તમારી પ્રતિષ્ઠામાં કાણું પાડી નાખો છો.

જ્યારે એવી પરિસ્થિતિનો સામનો કરવો પડે કે જ્યાં એક ગંભીર તક પડેલી હોય, ત્યારે તેની ઉછરી શકવાની ક્ષમતાનો અંદાજ લગાવવો તે મહત્વનું છે. આને માટે એક સ્વસ્થ પ્રતિક્રિયાની ક્ષણની જરૂર પડે છે, જ્યાં તમે તેના જમા અને ઉધાર પાસાં તોલી શકો તેમજ શક્ય તેટલી ઝડપથી તકને ઝડપી લેવાનું આયોજન કરી શકો. પછી તમે એ જાણકારીમાં વિશ્વાસ મૂકીને, કે તે વધારાનું કામ કરવું તેને લાયક છે, તમારાં આયોજનને ઝડપ અને સચોટતાપૂર્વક ક્રિયામાં મૂકી શકો અને આગળ વધવા દબાણ આપી શકો, કારણ કે તમે એવી તકને આગળ ધપાવી રહ્યા છો જે ખરેખર ગુમાવવી પોસાય તેવી નથી.

નીચેના માળખાંનો ઉપયોગ કરવો

એક સંભવિત તકમાં ઉંધેમાથે કુદકો મારતાં પહેલાં આ મુખ્ય મુદ્દાઓ પર નજર નાખો અને પછી, ઝડપથી અને નિર્ણાયક રીતે અમલમાં મૂકો :

૧. **જોખમ** - જે વાતાવરણમાં **તક** સામે આવી છે તેને પૂરેપૂરું ચકાસો. જો તે અવળી પડે તો શું થશે ? જોખમો ક્યાં છે ? બીજા કોણ તેનો લાભ લઈ શકે તેમ છે અને તેના સૂચિતો શું હશે ? તમારે કયા સ્ત્રોતોની જરૂર છે અને શું તે તમને પોસાય તેમ છે ?

૨. **અસર** - તેને સાચી રીતે પાર પાડવાની શું અસર પડશે અને તે તમારી વ્યક્તિગત અને વ્યાવસાયિક મહત્વાકાંક્ષાઓની ગતિમાં કેવી રીતે **ઝડપ** લાવશે ? શું તમને તેનો ફાયદો ન ઉઠાવવાનું પરવડી શકે તેમ છે ?

૩. **શ્રવણ** - તમારું **અંતર્જ્ઞાન** તમને શું કહે છે ? શું તક તમારા વ્યક્તિગત અને વ્યાવસાયિક મુલ્યો સાથે સુસંગત છે કે પછી તે તેમની સાથે તડજોડ કરે છે ? જો તે તમારી મુખ્ય **માન્યતા** ઓના માર્ગમાં આવતી હોય, તો કદાચ તે કરવા માટે યોગ્ય વસ્તુ નથી.

૪. **આગળ વધવું** - જો તમે ૧,૨ અને ૩ મુદ્દા સાથે સ્વસ્થતા અનુભવતા હોવ તો ઝડપથી **કામ** શરૂ કરો અને તે વસ્તુ કરી નાખો. ઉત્સાહહીન ન બનો, પરંતુ દિશા, કેન્દ્રિતતા અને પ્રેરણા સાથે આગળ વધો.

"દિવસને ઝૂંટવી લો !"

ડેડ પોએટ્સ સોસાયટીમાં – ***રોબીન વીલીયમ્સ***

10.9

આત્મશ્રધ્ધાવાન હોવું

જો તમે પોતે જે છો તેનાથી, તમે જેને માટે લાયક છો તેનાથી અને તમે ક્યાં જઈ રહ્યા છો - શું કરી રહ્યા છો તેનાથી ખૂશ ન હોવ તો તમારામાં બાબતો પાર પાડવા માટેની આત્મશ્રધ્ધાનો અભાવ હશે અને તમારી સફળતાની પ્રવૃત્તિમાં નિષ્ફળ જશો. જોકે, તમારી જાતને તમારા જુસ્સાને અનુસરવા માટે તથા તમારું સ્વપ્ન પુરું કરવા માટે માનસિક અને શારીરિક બન્ને રીતે યોગ્ય રીતે તૈયાર કરો. આમ કરવાથી તમારામાં આત્મવિશ્વાસ આવશે.

નિશ્ચિત કરતાં વધારે કાર્ય કરવામાં આત્મવિશ્વાસ એ મુખ્ય તત્વ છે. જ્યારે તમે આત્મવિશ્વાસથી છલકાતા હોવ ત્યારે તમને જાણે તમે આખી દુનિયા ઉપાડી લેશો તેવું લાગે છે. જોકે, તમે તમારા આત્મવિશ્વાસને છલકાવા ન દેવા માટે તથા ઘમંડી ન બની જવા દેવા માટે પૂરતા સાવધાન હો તે મહત્વનું છે. આ પરિસ્થિતિ ઉભી થતી ટાળવા માટે હંમેશાં બહાર તરફ જોતી ઉચ્ચ ઉર્જાને નમ્રતા વડે દબાવી દો.

આત્મવિશ્વાસને ત્રણ તત્વોના સંદર્ભમાં જોઈ શકાય - તમારું વ્યક્તિત્વ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય, તમારો દેખાવ અને તમારી ક્ષમતાઓ. જો તમે આમાંના કોઈપણ પ્રદેશમાં આત્મવિશ્વાસનો અભાવ ધરાવતા હોવ તો તમે અસમતોલ થઈ જશો અને મહત્તમ સારો દેખાવ કરી શકશો નહીં. જ્યારે તમે તમારા પોતાનામાં અને તમારી ક્ષમતાઓમાં આત્મવિશ્વાસ ધરાવતા હોવ ત્યારે બીજા લોકો સાથે આદાન- પ્રદાન - પછી તે એક વ્યક્તિ સાથે હોય કે જુથ સાથે-સરળ થઈ જાય છે.

જ્યારે કોઈપણ તત્વ નિયંત્રણમાં ન હોય, ત્યારે તમને અસ્વસ્થતાની લાગણી થાય છે જે પોતાને આત્મવિશ્વાસના અભાવમાં પ્રગટ કરે છે. જોકે, જ્યારે આ ત્રણ ક્ષેત્રો સુસંગત હોય છે ત્યારે તમે પોતે કોણ છો તે બાબતમાં સંપૂર્ણ સ્વસ્થ થઈ જાવ છો અને તમે જ્યાં પણ છો ત્યાં આત્મવિશ્વાસ સભર હોવાની અવસ્થા પર પહોંચો છો. જ્યારે તમે આ પ્રાપ્ત કરી લો ત્યારે, તમે બીજા લોકો સાથે વધુ અસરકારક રીતે જોડાવ છો. તમે નવા પડકારો ઝીલવા માટે તૈયાર હશો અને તેમને સફળતાપૂર્વક પૂરા થતા જોવાની તક ઘણી વધી જાય છે.

“તમારી પરવાનગી વગર કોઈ તમને ગૌણ હોવાનું અનુભવતા ન કરી શકે.”

– એલીનોર રુઝવેલ્ટ

આત્મવિશ્વાસની ત્રણ સ્થિતિઓ

જો તમે **આત્મવિશ્વાસ** ની ત્રણ સ્થિતિઓમાં નિપુણતા મેળવી લીધી હોય તો તમે મહત્તમ કામગીરી કરવા અને તમારાં સ્વપ્નને આગળ વધારવા માટે બરાબર ગોઠવાઈ ગયા હશો :

- **આંતરિક આત્મવિશ્વાસ (માનસિક સ્વાસ્થ્ય)** - તમારા જીવનની દિશા **સ્પષ્ટ** છે અને તમે જે માર્ગને અનુસરો છો તેમાં **સ્વસ્થ** છો. આ **પ્રયોજન** ની એક સ્પષ્ટ ભાવના પ્રાપ્ત કરશો જે તમારી સવારને ખૂશનુમા બનાવે છે. જ્યારે તમારી પાસે તમારાં અસ્તિત્વનો સાચો અર્થ હોય છે ત્યારે તમે કાંઈપણ કરવા માટે ઉર્જાવાન અને પ્રેરિત હોવાનું અનુભવો છો.

- **બાહ્ય આત્મવિશ્વાસ** - શારીરિક સ્વાસ્થ્ય અને તમારા દેખાવ વિશે સ્વસ્થ હોવાનો અનુભવ તમારા પોતાના વિશે જો તમને મનમાં કોઈ **અવઢવ** હશે તો તેને દૂર કરશે. જો તમે મેદસ્વી અથવા અસ્વસ્થ અનુભવ કરતા હશો તો તેની તમારા આત્મવિશ્વાસ પર નકારાત્મક અસર થઈ શકે છે. નિયમિત કસરત માટે સમય કાઢો : તે માનસિક અને શારીરિક બન્ને રીતે ઉત્તેજક છે.

- **વ્યાવસાયિક આત્મવિશ્વાસ (ક્ષમતાઓ)** - તમારા વ્યાપાર, કારકીર્દિ, કાર્ય અથવા વ્યવસાયમાં નિષ્ણાત હોવું તે જ્યારે તમે બીજા સાથે વાતચિત કરો ત્યારે તમને આત્મવિશ્વાસુ બનાવે છે. જ્યારે તમે તમારામાં કેટલું જ્ઞાન છે તે જાણતા હોવ અને તમારી **જાણકારી** અને **તજજ્ઞતા** વડે પૂરેપૂરા તૈયાર હોવ ત્યારે તમે સમજણના અભાવ સાથે જોડાયેલી લાગણીનો નિકાલ કરો છો.

“કોઈ બીજાની દૃષ્ટિ વડે મારી જાતને મુલવવામાં મને વર્ષો લાગ્યાં.”

– સેલી ફીલ્ડ

10.10

વિનોદવૃત્તિ ધરાવવી

સફળતાનાં સૂત્રોને કેળવવા વિશેની આ માર્ગદર્શિકાનો અંત લાવવા માટે આ વિષય ભલે વિચિત્ર દેખાય, છતાં વિનોદવૃત્તિ ધરાવવી એ વિવાદાસ્પદ રીતે એક ખૂબ જ મહત્વની ખાસીયત છે, જે તમે ધરાવી શકો. તે તમારી આસપાસ રહેલાઓ માટે સૌથી મહત્વનું એવું ઉંચા સ્પંદનો ધરાવતું વાતાવરણ સર્જે છે, જે તમારા લોકોમાંથી મહત્તમ મેળવવામાં તમને મદદ કરે છે - હકીકતમાં તે લોકોને આકર્ષનાર ચુંબક તરીકે પણ કામ કરશે. વધારામાં, તે તમારી લોકો સાથે જોડાવાની તથા ભળવાની ક્ષમતા પણ સુધારશે અને પોતાની જાત પર હસી શકવાને કારણે ઘમંડ સામે રક્ષણ કરવામાં મદદ કરશે. વધુમાં, તે તમારી લોકપ્રિયતામાં પણ વધારો કરશે અને જ્યારે આગળ વધવાનું ખરેખર મુશ્કેલ બને છે ત્યારે તે એક સ્વસ્થ કરનાર પ્રભાવ અને તાણમાંથી મુક્ત કરવામાં પણ મદદ કરી શકે છે.

વિનોદવૃત્તિ એ એક મહત્વની મિલ્કત હોવાથી તમે તમારી વિનોદવૃત્તિ ખોઈ ન બેસો તેની ખાતરી રાખવી તે સ્વપ્ન માટેની તમારી શોધ માટેની ચાવી છે. જો તમે તમારા જુસ્સાને અનુસરી રહ્યા છો, તો તમારે તમારી યાત્રા માણવી જોઈએ, ભલે ક્યારેક તે ગમે તેટલી કઠીન થઈ જતી હોય. જેવા તમે તમારી જાત પર હસવાની અથવા પરિસ્થિતિને હળવી બનાવવાની ક્ષમતા ગુમાવી બેસો છો, તો તમારે તમારી જાતને એ પ્રશ્ન પૂછવાની જરૂર છે કે શું તમે માર્ગથી દૂર ખેંચાઈ ગયા છો, અને એ તપાસવાની જરૂર છે કે તમે હજી એવું કશુંક પ્રાપ્ત કરવાનું ધ્યેય રાખો છો જેને તમે ચાહો છો.

જ્યારે તમે એવાં વાતાવરણમાં કામ કરો છો જ્યાં વિનોદવૃત્તિ ત્યાંની સંસ્કૃતિને સમગ્રપણે આવરી લે છે, તો તમે સર્જનાત્મક, નવસર્જનાત્મક અને ઉત્પાદક બનો તેવું શક્ય છે. નિયંત્રિત માત્રામાં વિનોદવૃત્તિ હોવી તે વ્યક્તિઓ અને જુથોમાંથી તેમનું શ્રેષ્ઠ બહાર લાવવા માટેનું અતિશય પ્રેરણાત્મક બળ બની શકે છે. વિનોદ અને હાસ્ય એ સમાજમાં સૌથી ઓછું મુલ્ય અંકાયેલ અને સૌથી નીચો દર ધરાવનાર સાધનો છે.

અલબત્ત, વિનોદવૃત્તિનો ઉપયોગ યોગ્ય રીતે અને રુચિપૂર્ણ રીતે થવો જોઈએ. પરંતુ તે લોકોને વધારાનું કાર્ય કરવા માટે પ્રેરિત કરવાનો ચોક્કસપણે મહાન માર્ગ છે.

"જો કામ આનંદપ્રદ ન લાગતું હોય તો, તમે તે યોગ્ય રીતે નથી કરી રહ્યા."

– બોલ બાસો

આનંદપ્રદ બાજુ

જો યોગ્ય રીતે ઉપયોગમાં લેવાય તો, વિનોદવૃત્તિ ઘણી હકારાત્મક લાક્ષણિકતાઓ પ્રગટ કરી શકે છે જે સફળ થવા માટે આવશ્યક હોય જેવી કે :

- **નમ્રતા** - વિનોદવૃત્તિનો **પોતાની જાતને વખોડી કાઢનાર** તરીકે ઉપયોગ ઘમંડની કોઈપણ નિશાની ને નિષ્ફળ કરે છે.
- **આત્મવિશ્વાસ** - મીટીંગો અથવા રજુઆતો કે નિવેદનો દરમ્યાન લોકોને **હસાવી** શકનાર હોવું તે તમારી ક્ષમતામાં આત્મવિશ્વાસ દર્શાવે છે.
- **ઉપગમ્યતા** - વિનોદવૃત્તિ તમને રહસ્યમય નથી રાખતી. ભલે તમે ગમે તેટલા સફળ હોવ. વિનોદવૃત્તિ તમને થાક બેસાડનાર તરીકે દેખાતા અટકાવે છે અને તમને વધુ **સુલભ** બનાવે છે.
- **પકડી રાખવાની ક્ષમતા** - લોકોને સ્મિત કરતા કરવા તે તેમને **સાંભળતા** કરવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ બની શકે, અને રજુઆતો માટેની વિવિધતાનું મુખ્ય તત્વ સર્જે છે.
- **આનંદની લાગણી** - જે લોકો આનંદનું વાતાવરણ સર્જે છે તેઓ હંમેશાં લોકોને તેમની સાથે કામ કરવા **આકર્ષે** છે, ઉંચા સ્પંદનો ધરાવતું વાતાવરણ સૌથી વધુ ઉત્પાદક હોય છે.
- આદાન-પ્રદાનની કુનેહ - વિનોદવૃત્તિ તમારો **સંદેશો** પહોંચાડવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ બની શકે.
- અનેક પાસાંવાળું વ્યક્તિત્વ - મજાકીયા હોવું તે લોકોને એવું દર્શાવે છે કે તમારામાં માત્ર તમારા **સ્વપ્ન** ને આગળ ધપાવવા કરતાં ઘણું વધારે છે.
- સર્જનાત્મકતા - લોકોને હસાવવા તે વિચારો અને સર્જનાત્મકતાની **ઝડપ** દર્શાવે છે.

"એક સમસ્યા પર કામ કરવાનું શરૂ કરતાં પહેલાં માત્ર **હસીને** અને **આનંદ કરીને** તમે તમારા મગજની શક્તિ ત્રણથી પાંચ ગણી

વધારી શકો છો.”

– ડોજ હોલ

તમે સફળતાનાં સૂત્રો મેળવ્યા ?

કેટલાક લોકોને જીવન હવાની લહેરખી જેવું લાગે છે - તેઓ જાણે છે કે તેઓ શું ઈચ્છે છે અને તે મેળવવામાં કોઈ સમસ્યા હોતી નથી. અદ્‌ભુત તકો આકાશમાંથી ઉતરી આવતી હોય તેવી દેખાય છે અને તેઓમાંથી આત્મવિશ્વાસ અને સફળતા ટપકે છે. શું આવા કોઈને જાણો છો ?

સારા સમાચાર એ છે કે આમાં કોઈ મોટું રહસ્ય નથી; પ્રેરણા તજજ્ઞ જહોન લીચ ખાતરીપૂર્વકની સફળતાનાં દસ સોપાનો પ્રગટ કરે છે. હકીકતમાં, તેઓ ભારપૂર્વક કહે છે કે યોગ્ય સાધનો સાથે, કોઈપણ વ્યક્તિ વગર પ્રયાસે સફળ થઈ શકે.

રોજીંદી પ્રેરણા માટે અંદર-બહાર ઝબકોળાવા માટે સંપૂર્ણ એવી સફળતાનાં સૂત્રો, અંતિમસફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે જીતવાની જરૂરી માનસિકતા આપે છે. હવે તે તમારા પર છે કે....

— તમારા સાથીઓ પાસેથી તત્કાલ માન મેળવો

— પરિપૂર્ણતાની સતત ભાવના રાખો

— બીજા લોકોને ચુંબકની જેમઆકર્ષો

— થઈ શકો તેટલા શ્રેષ્ઠ બનો



જહોન લીચ ને વ્યક્તિઓથી લઈને કોર્પોરેશનનો સુધીના સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે લોકોને પ્રેરિત કરવાનો ૨૦ વર્ષનો અનુભવ છે, જહોન ''વીનીંગ પીચ''ના સ્થાપક અને ઝઈ છે - ઉદ્યોગપતિને લગતી કુનેહો અને વિકાસનાં પ્રણેતા.

માત્ર ભારત, બાંગ્લાદેશ, ભૂતાન, પાકીસ્તાન, નેપાળ, શ્રીલંકા અને માલદીવ્સમાં વેંચાણપાત્ર

Elevate Your Life. Transform Your World.

JAICO BOOKS

www.jaicobooks.com Self-Help

ISBN-13: 978-81-8495-537-8



